Quién es quién en los precios de productos de temporada

REVISTA DEL CONSUMIDOR

ISSN 0185-8874

Pescados y mariscos enlatados... ¿qué marca conviene?

Calidad en muebles para baño

- Sistemas de **autofinanciamiento**
- «Paquetes» **vacacionales**
- **Paco Stanley** como consumidor
- Tips para comprar una **cámara digital**
- **Cómo elaborar:**
  - Calamares en escabeche
  - Mermelada de frutas dulces
  - Yogurt con fruta

Marzo 1999 · Núm. 265 · México · $ 15.°°

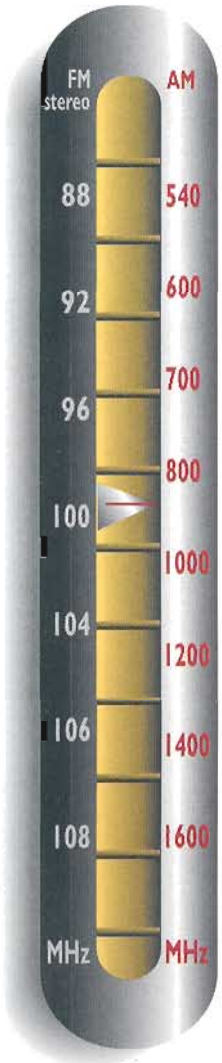
Radio

Revista del Consumidor

- Domingo
17:30 a 17:45
XEJP-FM/93.7
Stereo Joya

- Jueves
00:00 a 00:15
XHM-FM/88.9
Azul 89 ACIR

- Viernes
18:30 a 18:45
XEQ-FM/92.9
La K-Buena
Radiópolis



- Lunes
05:00 a 05:15
XEVOZ/1590 AM
Bonita

- Jueves
22:30 a 22:45
XEQ/940 AM
La Q 940
Radiópolis

- Viernes
22:00 a 22:15
XEAI/1500 AM
Radio AI

- Sábado
21:30 a 21:45
XEFAJ/1560 AM
La Consentida O. R. C.

TV Revista del Consumidor

- Canal 2 Lunes 11:30 a 12:00
- Canal 22 Miércoles 00:30 a 01:00
- Canal 40 Miércoles 17:00 a 17:30
- Canal 4 Jueves 00:30 a 01:00
- Canal 11 Jueves 5:30 a 6:00
- Canal 13 Viernes 5:30 a 6:00
- EDUSAT Viernes 7:00 a 7:30

Los programas Radio y TV Revista del Consumidor se transmiten dentro del tiempo oficial de la Dirección General de Radio Televisión y Cinematografía (RTC), por lo cual le invitamos a confirmar el horario de transmisión -en especial de la TV Revista- en las carteleras de programación que aparecen en los diarios bajo el rubro de RTC.

Directorio

Procurador Federal del Consumidor
Roberto Campa Cifrián

Editora
Martha Susana Ruiz

Directora General de Publicaciones
Margarita Luna Ballina

Director Editorial
Enrique Parada García

Directora de Arte y Diseño
Norma Patiño Domínguez

Jefe de Redacción
Guillermo Torales Caballero

Jefa de Corrección
Dora Torres Ponce

Jefes de Diseño Gráfico
Víctor M. Gutiérrez García
Pedro O. Castellanos Gómez

Reporteras
Graciela Muñoz Ariza
Vanessa Prieto Barrientos
Lorena M. Romo Maldonado
Paola Herrera Rashid

Corrección
Alejandra Sánchez Plascencia

Diseño
Mónica Miranda Villalba
Margarito Sánchez Cabrera
Alfonso J. Solís Loza
Roberto Paz Amaya
Maricel González Sánchez

Fotografía
Edgar Mendoza Serrano
Francisco Alatriste Torres

Teléfonos de la revista
(5)211•90•82 ó (5)625•67•00
exts. 6930, 6927 o 6926

Fax
(5)553•05•74

Envíe su correspondencia a
José Vasconcelos 208,
piso 14, colonia Condesa,
C. P. 06140, Delegación
Cuauhtémoc, o al A. P. 20600,
México, D. F.

Consulte la página de PROFECO en Internet:
http://www.profeco.gob.mx

Renovación de *compromiso*

Desde su aparición, esta publicación se ha propuesto informar al consumidor en forma amplia, oportuna y veraz al menor precio.

En los últimos tres años se realizaron esfuerzos para que los incrementos de la producción editorial no repercutieran en el precio de venta de la **Revista del Consumidor**. De esta manera, desde septiembre de 1996 su precio se logró mantener en 13 pesos.

Lamentablemente, el incremento en los insumos de las artes gráficas, así como el pago del servicio de envío de la publicación, han impactado nuestros costos.

Como todas las publicaciones que se comercializan, la **Revista del Consumidor** no está exenta de las modificaciones de los precios en el mercado.

Cabe destacar que, a excepción de nuestra revista, todas las publicaciones que circulan en el mercado tienen en la publicidad comercial su más importante fuente de ingresos, y a pesar de esto también se ven obligadas a incrementar sus precios.

En cambio, la única fuente de financiamiento de la **Revista del Consumidor** es la venta de la edición, es decir, subsiste gracias a la preferencia del lector. Por ello, para continuar con esta labor editorial nos vemos obligados a aplicar un incremento mínimo de dos pesos a su precio de venta.

Esperamos seguir contando con su preferencia, y reiteramos nuestro compromiso permanente de ofrecerle información objetiva, veraz y de relevancia para la toma de decisiones como consumidor, lo que seguramente se continuará reflejando en la protección a su ingreso familiar.

Sumario

Marzo de 1999 • Núm. 265

A su servicio 3
• El arbitraje y las resoluciones

Quién es quién en los precios 4
• ¡Para «pescar» buenos precios!
• Ahorros en Cuaresma

Antes de contratar 11
• «Paquetes» vacacionales
• Sistemas de autofinanciamiento

¡Sáquele provecho! 17
• Ecoturismo

Qué hay detrás de... 20
• Videojuegos
• La bicicleta

Espejo del consumo 26
• Paco Stanley

Los medios de comunicación 29
• Hacia dónde va Internet

Cómo comprar 34
• Cámaras digitales

Reporte especial 43
•Pescados y mariscos enlatados

Tecnologías domésticas y platillos sabios
en páginas centrales
coleccionables

Derechos de los consumidores 55
• La NOM en servicios fotográficos, laboratorio y grabación en video

Yo consumidor 57
• Ford Fuentes Interlomas «aguó» Fiesta

Consumo ingenio 59
• Cuadros y lámpara

Bajo la lupa 66
• Muebles para baño

Manos mexicanas 70
• El aguacate

Alimentación y nutrición 72
• Pescado barato

Por su salud 74
• Dislexia
• Dilatadores nasales

Los pequeños consumidores 78
• El aire que sube
• ¡Mucho ojo!

Buzón del consumidor 80

El arbitraje y las resoluciones

En esta ocasión queremos presentarle a Omar S. Blanco Ramírez, director general de Arbitraje y Resoluciones de PROFECO, quien en forma concreta y breve pondera la utilidad y trascendencia del servicio que su área brinda al consumidor.

Seguridad y equidad en las relaciones de consumo

El arbitraje es un procedimiento que se inicia, se tramita y se resuelve entre particulares cuando surge una controversia, la cual se lleva ante un juzgado.

La importancia del arbitraje que realiza PROFECO ante las controversias comerciales que presentan los consumidores y los proveedores, radica en que otorga seguridad, rapidez, equidad e imparcialidad en las relaciones de consumo.

Para llegar a una resolución es necesario llevar a cabo un procedimiento conciliatorio, como si se tratara de un juicio, es decir, debe existir una demanda, una contrademanda y una solución que finalice el conflicto.

PROFECO, a través de su Dirección General de Arbitraje y Resoluciones, intenta que su labor brinde beneficios directos para el consumidor y el proveedor, ya que les ofrece rapidez y economía en el servicio. La experiencia de la Procuraduría en lo que a procedimientos arbitrales se refiere, así como la especialidad con que cuenta en las relaciones de consumo, y la confidencialidad con que trabaja, distinguen su intervención, ya que a diferencia de un juicio convencional, conserva en el anonimato los nombres de cada una de las partes, así como el tipo de asunto que se está atendiendo.

Tanto el consumidor como el proveedor pueden solicitar la intervención de PROFECO bajo la figura de árbitro, cuando durante el proceso conciliatorio entre las partes no se ha llegado a un acuerdo satisfactorio.

Hacemos una atenta invitación a los consumidores y a los proveedores para que siempre que se encuentren en medio de alguna controversia comercial acudan a PROFECO, en donde nos esforzaremos por atenderles con rapidez, eficacia y honestidad para solucionar su problema.

El consumidor interesado puede acudir directamente a nuestras oficinas en José Vasconcelos núm. 208, colonia Condesa, piso 12, en la ciudad de México; si vive en el interior del país puede visitar la oficina de PROFECO más cercana a su domicilio.

Lorena M. Romo

¡Para pescar buenos precios!

Estamos en plena Cuaresma, época del año en la que aumenta el consumo de pescados y mariscos, pero también temporada en la que cambian los precios de algunas variedades. Por ello le ofrecemos información acerca de los lugares donde encontrará los mejores precios de algunas variedades conocidas y de alta demanda.

Esta información se fundamenta en el monitoreo realizado por el programa *¿Quién es quién en los precios?*, del 25 de enero al 1° de febrero de 1999, en el área metropolitana de la ciudad de México.

En los gráficos usted podrá detectar con facilidad cuáles establecimientos son los que venden al mejor precio.

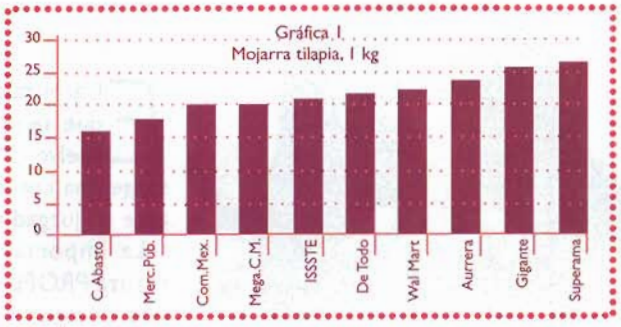
La mojarra tilapia, una buena opción

Los mejores precios de la mojarra tilapia se encontraron en la Central de Abasto ($ 16.14), mercados públicos ($ 18.12), Comercial Mexicana ($ 19.73) y Mega Comercial Mexicana ($ 19.90) (véase Gráfica 1). Del mismo modo, la mojarra tilapia grande tuvo precios accesibles en Mega Comercial Mexicana, Comercial Mexicana, De Todo, Wal Mart y Chedraui al ofrecerse entre $ 20.90 y $ 23.90 (véase Gráfica 2).

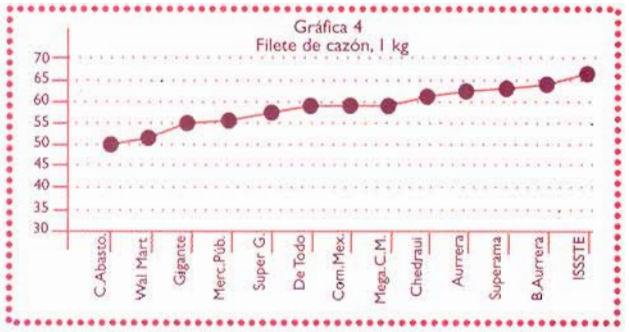
Filetes: calamar, cazón y mojarra

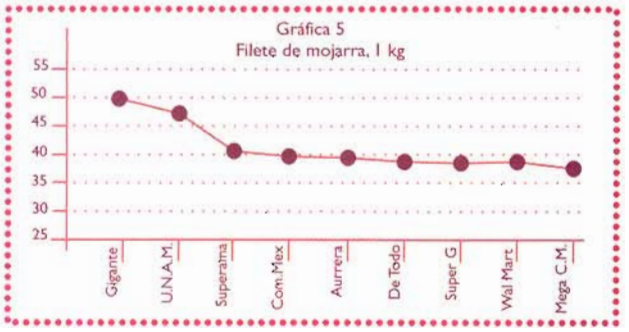
Si usted piensa que para comer filete de pescado es necesario gastar demasiado, aquí le ofrecemos alternativas de tres diferentes variedades a precios bajos.

Como usted puede observar, el filete de calamar registró el precio más bajo en la Central de Abasto ($ 17.50), con otras alternativas que no superan los $ 19.00 por kilogramo, entre las que se encuentran Wal Mart y Super G (véase Gráfica 3).



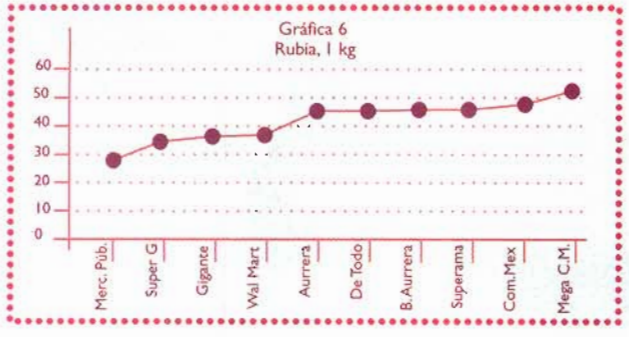
La gráfica 4 muestra que la mejor alternativa de ahorro para el filete de cazón fue la Central de Abasto ($ 52.00), seguida por Wal Mart y Gigante. Mientras tanto, el filete de mojarra se encontró a precios muy similares en siete de las nueve cadenas que se presentan, con diferencias máximas de $ 2.00, siendo más bajo el precio ofrecido por Mega Comercial Mexicana ($ 38.40) (véase Gráfica 5).

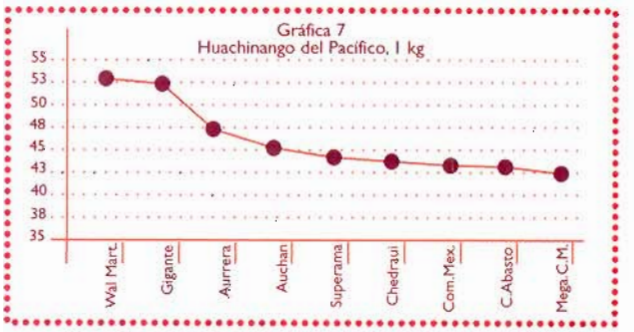




Rubia y huachinango del Pacífico

Éstas son dos variedades de pescado entero de importante demanda a precios accesibles. De acuerdo con la Gráfica 6, la rubia registró el precio más bajo en los mercados públicos, ya que se comercializó a $ 28.00, le siguieron Super G y Gigante con precios de $ 32.90 y $ 34.10, respectivamente. Asimismo, el kilogramo de huachinango del Pacífico presentó su mejor alternativa de compra en Mega Comercial Mexicana ($ 43.04), Central de Abasto ($ 43.50), Comercial Mexicana ($ 43.70) y Chedraui ($ 43.90) (véase Gráfica 7).



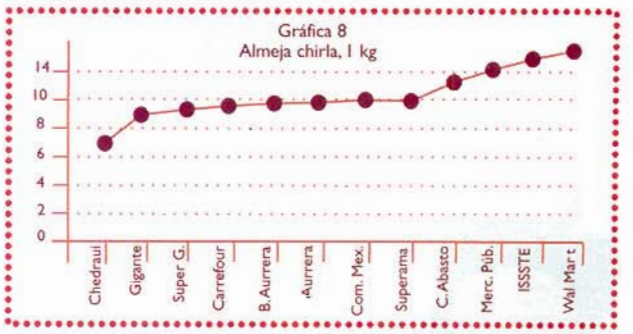


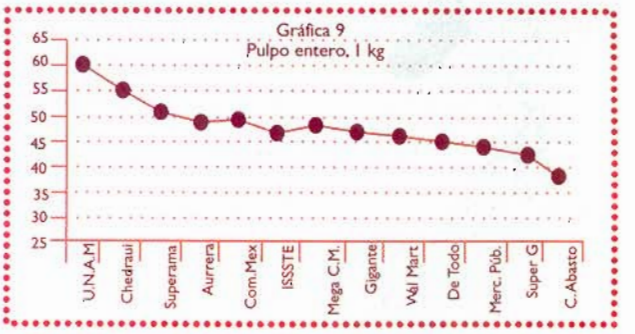
Almeja

El precio del kilogramo de almeja chirla se encontró entre $ 7.65 y $ 12.90, correspondiendo el nivel más bajo a Chedraui, seguido por Gigante, Super G, Carrefour, Bodega Aurrera, Aurrera, Comercial Mexicana y Superama (véase Gráfica 8).

Pulpo

Las mejores alternativas de precio del kilogramo de pulpo entero se encontraron en la Central de Abasto y Super G. Su costo promedio fue de $ 40.00 y $ 44.90, respectivamente, aunque también los mercados públicos fueron una buena alternativa de compra ($ 45.30) (véase Gráfica 9).





Como ha podido apreciar, éstos son sólo algunos ejemplos de los ahorros que puede obtener en esta temporada al comparar los precios de los pescados y mariscos de su preferencia.

Para obtener información actualizada de precios marque el **Teléfono del Consumidor**: (5)568-87-22 ó (5)211-64-14. Además, la publicación semanal *Quién es quién en los precios, Guía para comprar más barato*, le ofrecerá información especial de productos de temporada para apoyar su presupuesto familiar. ¡No lo olvide!

Productos de temporada

Ahorros en Cuaresma

Además de pescados y mariscos frescos, existen otros productos cuyo consumo se incrementa durante la Cuaresma; tal es el caso de algunos alimentos enlatados y verduras de temporada con los que se preparan platillos alternativos que también son tradicionales, los cuales además aportan variedad y valor nutricional a nuestra alimentación.

Es por eso que le presentamos un comparativo de precios de un grupo de esos productos. Los precios fueron recabados en diferentes establecimientos comerciales del área metropolitana de la ciudad de México, del 25 de enero al 1° de febrero de 1999 por el programa ¿Quién es quién en los precios?

Atún y sardina enlatados

Entre los alimentos básicos de mayor demanda, con los que se puede preparar desde una ensalada hasta un platillo fuerte, están el atún y la sardina enlatados, los cuales registraron el siguiente comportamiento de precios:

Atún: en el Cuadro 1 le presentamos las marcas de atún en aceite disponibles en la mayoría de las cadenas comerciales:

* La marca Calmex registró el precio más bajo de las cuatro analizadas en Mega Comercial Mexicana ($ 5.20), seguida de Comercial Mexicana ($ 5.59), además de las tiendas del IMSS, la UAM y la UNAM, con precios de entre $ 6.26 y $ 6.30.

* En segundo lugar se ubicó la marca Dolores, que en las tiendas Auchan registró su mejor precio ($ 6.00), siendo las tiendas del sector social (UNAM, ISSSTE e IMSS) otras buenas opciones de compra para esta marca.

* Por su parte, el atún marca Tuny registró sus mejores precios en las tiendas IMSS, ISSSTE y UNAM, con $ 6.08, $ 6.20 y $ 6.60 respectivamente.

* Por último, la marca Herdez registró también sus mejores precios en ISSSTE, UNAM, UAM e IMSS, al ofrecerse entre $ 6.45 y $ 6.56.

Por lo anterior, le sugerimos considerar estas alternativas a la hora de hacer sus compras. Se sorprenderá al saber que en la compra de una lata de atún es posible ahorrar hasta $ 2.30 si selecciona la marca y la tienda adecuadas.

De las tres marcas de sardina en tomate (en lata de 425 g) encontradas en la mayoría de las cadenas comerciales monitoreadas, obtuvimos los siguientes niveles de precios:

* La de menor precio fue la marca Yavaros en el ISSSTE ($ 5.45), UAM ($ 5.47) e IMSS ($ 5.56), además de encontrarse a precios accesibles en Bodega Aurrera, Aurrera y Superama.

* La marca Excélsior también representó una buena opción de ahorro al encontrarse a precios bajos en el IMSS ($ 5.60), UAM ($ 5.62) e ISSSTE ($ 5.74).

* En tanto que la marca Calmex resulta conveniente también en el IMSS ($ 5.84), UAM ($ 5.86) e ISSSTE ($ 6.14), con otras buenas alternativas como Bodega Aurrera y Sumesa (véase Cuadro 2).

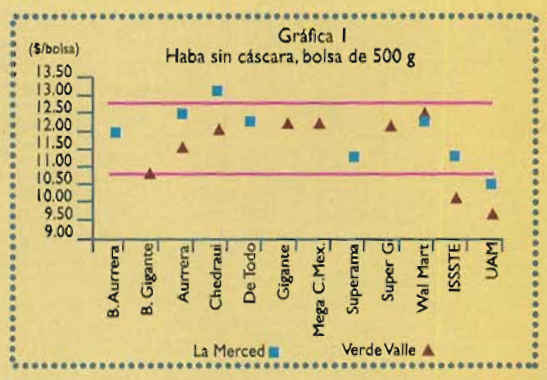
Cuadro 1
Precios promedio del atún en lata de 174 g

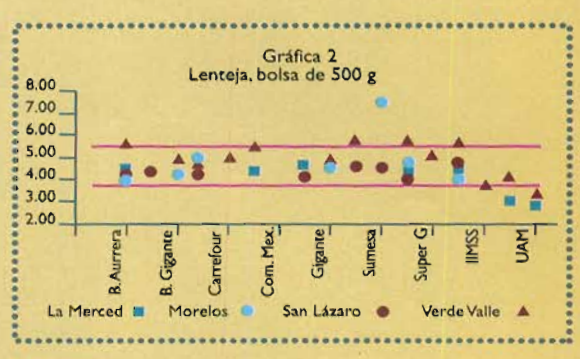
	Marca			
	Calmex	Dolores	Herdez	Tuny
IMSS	6.26	6.39	6.56	6.08
ISSSTE	6.47	6.20	6.45	6.20
UAM	6.30		6.47	
UNAM	6.30	6.15	6.45	6.60
B.Aurrera	6.90	7.41	6.80	7.02
B.C.Mex.	7.50	7.15	7.60	7.23
B.Gigante	6.70	7.14	6.97	7.00
Auchan	6.60	6.00	6.90	6.80
Aurrera	6.90	7.62	7.00	7.18
Chedraui	6.83	7.18	6.73	6.68
Com. Mex.	5.59	7.55	7.64	7.10
De Todo	6.55		6.95	7.10
Gigante	6.88	7.21	7.00	7.12
Mega C. Mex.	5.20	7.55	7.70	6.78
Sumesa	6.56	6.50	6.91	7.12
Superama	6.90	7.42	7.03	7.10
Super G	6.90	7.20	7.00	7.10
Wal Mart	6.50	7.25	7.00	7.08

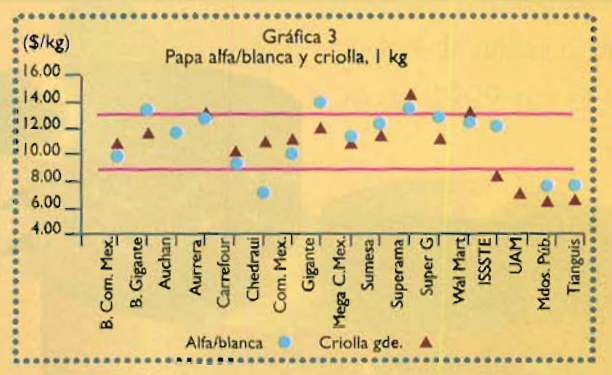
Habas y lentejas

Los granos que pueden ser una alternativa importante en la elaboración de caldos o sopas de temporada son las habas y las lentejas.

Para las habas, en su presentación de medio kilo, el mejor precio correspondió a la marca Verde Valle, que en las tiendas UAM, ISSSTE y Bodega Gigante se vendió entre $ 9.60 y $ 11.43, es decir, se ubicaron en la zona de mayor ahorro. Del mismo modo, la marca La Merced se ofreció al menor precio en las tiendas de la UAM (véase Gráfica 1).







Cuadro 2
Precios promedio de la sardina en tomate

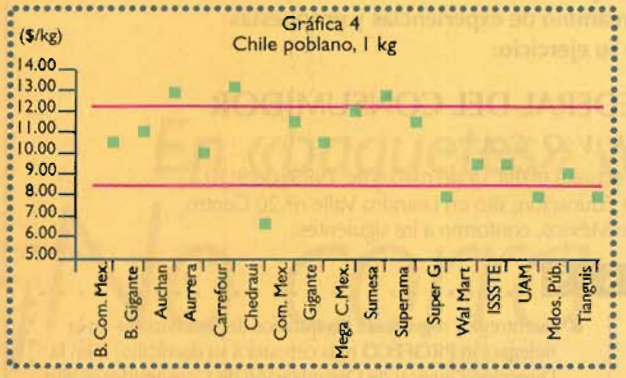
	Marca		
	Calmex	Excélsior	Yavaros
IMSS	5.84	5.60	5.56
ISSSTE	6.14	5.74	5.45
UAM	5.86	5.62	5.47
B.Aurrera	6.60	6.32	6.00
B.C.Mex.	7.05	6.90	6.90
B.Gigante	6.80	6.46	6.25
Aurrera	7.01	6.51	6.06
Carrefour	6.95	6.20	
Chedraui	6.92		6.34
Com. Mex.	7.30	6.85	6.50
De Todo	6.95	6.75	6.30
Gigante	6.99	6.59	6.25
Mega C. Mex.	7.30	6.85	6.50
Sumesa	6.64	6.43	6.11
Superama	6.81	6.45	6.07
Super G	7.00	6.60	6.25
Wal Mart	7.10	6.40	

En el caso de la lenteja destacan, por su precio bajo, las marcas La Merced y Verde Valle en las tiendas de la UAM, por lo que al elegirlas usted obtendrá ahorros de entre $ 1.55 y $ 1.65, sobre todo si las compara con los precios que prevalecen en las tiendas Mega Comercial Mexicana, Superama y Wal Mart, que registraron precios por arriba de la línea superior (zona de precios altos) (véase Gráfica 2).

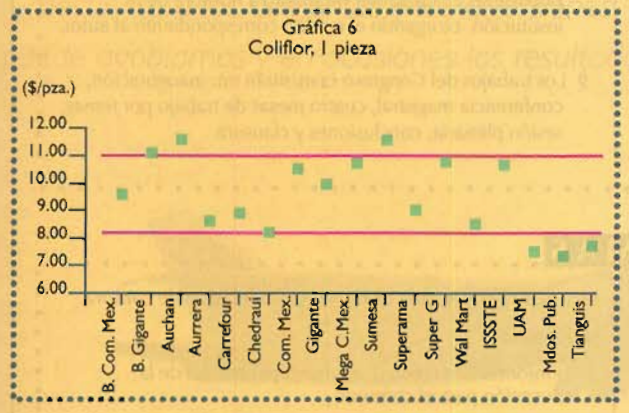
Verduras

Para la elaboración de algunos de sus platillos tradicionales le presentamos comparativos de precios de algunas verduras, como papa, hongos (champiñones), calabaza, chile poblano, etcétera. Le informamos dónde puede encontrarlos a los precios más bajos (cadenas de supermercados, mercados públicos y tianguis), para obtener importantes ahorros.

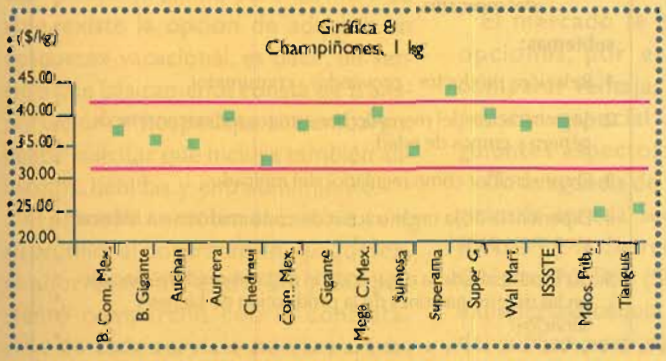
Los precios promedio del kilogramo de papa alfa y criolla registraron sus niveles más bajos en las tiendas Chedraui y mercados públicos, en $ 7.40 y $ 6.56, respectivamente. Aunque también los tianguis, el ISSSTE y la UAM (que registraron precios en la zona de mayor ahorro), Carrefour y Bodega Comercial Mexicana ofrecieron precios accesibles (véase Gráfica 3).



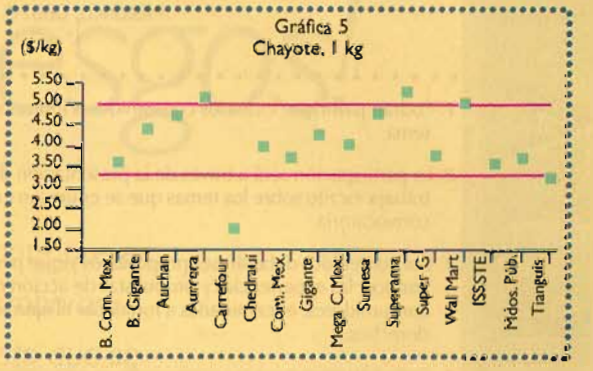
El chayote sin espinas registró un precio por kilogramo de $ 2.05 en las tiendas Chedraui, siendo la opción más barata. Otras buenas opciones fueron tianguis, ISSSTE, mercados públicos y Bodega Comercial Mexicana, al ofrecer precios bajos (véase Gráfica 5).



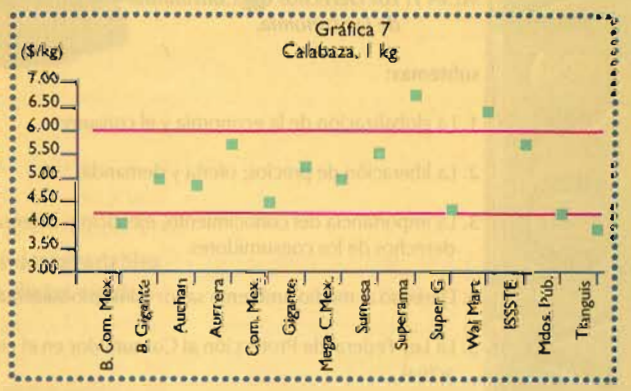
El precio promedio del kilogramo de calabacita fue menor en los tianguis ($ 3.88), seguido por Bodega Comercial Mexicana ($ 3.97), ambos ubicados en la zona de mayor ahorro, además de los mercados públicos ($ 4.23) y Super G ($ 4.26), que también resultaron ser buenas opciones (véase Gráfica 7).



Por su parte, el chile poblano registró su nivel más bajo ($ 6.88) en las tiendas Chedraui, encontrando otras buenas opciones de compra en tianguis, tiendas UAM y Super G, con precios en la zona de mayor ahorro (véase Gráfica 4).



La pieza de coliflor se encontró más barata en los mercados públicos, con un precio promedio de $ 7.44. Otros precios bajos se encontraron en las tiendas de la UAM, tianguis y Chedraui, los cuales se ubicaron dentro de la zona de mayor ahorro. Wal Mart, aunque se encontró en la zona de precios promedio, también representó una alternativa conveniente (véase Gráfica 6).



Por último, los champiñones registraron su precio más bajo en los mercados públicos ($ 25.74), mismo que fue $ 17.76 más barato que la opción más cara (Superama). Otra buena alternativa la constituyen los tianguis ($ 26.41), que registraron precios dentro de la zona de mayor ahorro, y muy cercana a ésta las tiendas Chedraui y Sumesa (véase Gráfica 8).

Queremos que en esta temporada, además de comer sabroso obtenga ahorros en los productos de su preferencia, por lo que le recordamos que usted puede disponer del sistema de información de precios actualizados a través de los **Teléfonos del Consumidor**: (5)568-87-22 ó (5)211-64-14, así como en la publicación semanal *Quién es quién en los precios, Guía para comprar más barato.*

CONVOCATORIA

PROFECO

Con motivo del

Día Mundial de los Derechos del Consumidor

y a efecto de propiciar un espacio para la reflexión colectiva en torno a sus derechos, así como el intercambio de experiencias y propuestas sobre su ejercicio:

LA PROCURADURIA FEDERAL DEL CONSUMIDOR

C O N V O C A

Al **Congreso Nacional** que se efectuará el día 15 de marzo de 1999, de 9:30 a 19:30 hrs., en la Biblioteca Nacional de Educación, sito en Leandro Valle nº 20 Centro Histórico, 06020, Ciudad de México, conforme a las siguientes:

BASES

1. Podrán participar todos los consumidores interesados en el tema.
2. La participación será a través de la presentación de un trabajo escrito sobre los temas que se enuncian en esta convocatoria.
3. Los contenidos deberán ser propositivos y que permitan conocer las experiencias y propuestas de acción de los consumidores, encaminadas a fortalecer el ejercicio de sus derechos
4. Cada trabajo deberá ser presentado en un mínimo de dos cuartillas y un máximo de cuatro, escritas a máquina a doble espacio, o bien, entregarse en diskette de 3.5, procesador de palabras en word 2.0 o más reciente, tipo de letra Arial en 12 puntos.
5. Será requisito indispensable para la presentación del trabajo, que éste contenga nombre y domicilio completo del autor, tema y subtema con el que participa.
6. La entrega y registro de los trabajos deberá hacerse en la delegación **PROFECO** más cercana a su domicilio; o en la Dirección General de Organización de Consumidores, sito en José Vasconcelos nº 208-4º piso, col. Condesa, Deleg. Cuauhtémoc, 06140, México D.F.
7. La fecha límite para la entrega de los trabajos es el día 1º de marzo de 1999; a las 17:00 horas.
8. Todas las obras recibidas pasarán a ser propiedad de la Procuraduría Federal del Consumidor, y podrán ser publicadas en cualquier momento a nombre de la institución, otorgando el crédito correspondiente al autor.
9. Los trabajos del Congreso consistirán en: inauguración, conferencia magistral, cuatro mesas de trabajo por temas, sesión plenaria, conclusiones y clausura.

TEMAS

MESA 1: Los Derechos del Consumidor y la globalización de la economía.

subtemas:

1. La globalización de la economía y el consumo.
2. La liberación de precios; oferta y demanda.
3. La importancia del conocimiento, ejercicio y defensa de los derechos de los consumidores.
4. Derecho al medio ambiente sano. consumo sustentable.
5. La Ley Federal de Protección al Consumidor en el contexto actual.

MESA 2: Publicidad y patrones de consumo.

subtemas:

1. Definición de patrones de consumo.
2. La adopción y modificación de los patrones de consumo.
3. Los elementos que determinan los patrones de consumo.
4. El papel de la mercadotecnia en la modificación de los patrones de consumo.
5. La publicidad. ¿oportunidad o amenaza?

MESA 3: El poder del consumidor: la decisión de compra.

subtemas:

1. La información como elemento fundamental de la educación para el consumo.
2. La importancia de comparar entre productos y servicios alternativos para la selección y decisión de compra.
3. La capacidad de evaluar el resultado de los productos y servicios adquiridos, con una actitud crítica y participativa.
4. La modificación de los patrones de consumo y la conformación de una nueva cultura de consumo.
5. La decisión de compra de los consumidores: ¿instrumento determinante del precio y la calidad de los bienes y servicios?

MESA 4: La organización de consumidores y la regulación del mercado.

subtemas:

1. Relación: productor - proveedor - consumidor.
2. Segmentación del mercado por estratos socioeconómicos, género y grupos de edad.
3. El consumidor como regulador del mercado.
4. Experiencia de la organización de consumidores en México y en otros países.
5. ¿Es factible desde la organización de consumidores, incidir en las determinaciones de la producción de bienes y servicios?

Informes: Dirección General de Organización de Consumidores. Tel. 211-6754. Lada sin costo 01 800 9031300.

Ciudad de México a los 16 días del mes de febrero de 1999.

En «paquetes» vacacionales

¡No corra riesgos!

Cuando tenemos planeado salir de viaje es importante prever diversos aspectos, como reservar el hospedaje, corroborar los horarios del transporte, y determinar el presupuesto que se destinará a los alimentos y las diversiones, pero este trajín puede agobiarnos y en ocasiones los resultados son frustrantes.

Si se ha encontrado ante esta situación, o simplemente no tiene tiempo ni ánimo para «armar» su viaje, existe la opción de adquirir un «paquete» vacacional, es decir, un servicio que básicamente consta de transportación y hospedaje, sin embargo, puede solicitar que incluya también alimentos, bebidas y entretenimiento.

El primero en notar el cambio será su bolsillo: al contratar un «paquete», el ahorro es de entre 25 y 30 por ciento comparado con la contratación de cada servicio por separado. Pero no todo es «miel sobre hojuelas», pues nunca falta un vivales que intente engañarlo y le «eche a perder» sus vacaciones.

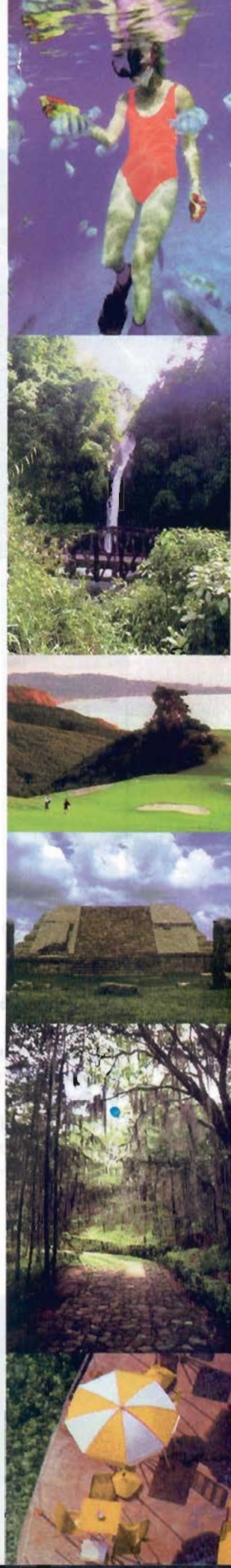
Para evitarse sorpresas desagradables le sugerimos tomar nota de las siguientes recomendaciones.

Vacacionista precavido

El mercado le ofrece infinidad de opciones, por eso es conveniente comparar ventajas y precios, así como prestar especial atención a los siguientes aspectos:

-Toda agencia de viajes debe estar registrada ante la Secretaría de Turismo (Sectur) y la Secretaría de Hacienda y Crédito Público (SHCP). Antes Sectur expedía una cédula que estaba a la vista del público, pero en la actualidad existe un registro: revise que esté impreso en el comprobante de pago.

-En las promociones que incluyan la leyenda «Se aplican restricciones» soli-



¡Cuidado con algunas agencias! (*)

Quejas recibidas

Total	Resueltas	Pendientes
987	593	394

Principales proveedores demandados

-Oriental Tours
-Viajeros Internacionales
-Cubamor
-Mexitur

Principales motivos de reclamación
-Incumplimiento de servicios
-Negativa a rescindir el contrato
-No respeta los términos del contrato
-Cobro indebido

**Periodo: del 1° de enero al 15 de noviembre de 1998.*

Fuente: Dirección General de Quejas y Conciliación, PROFECO.

cite que le expliquen en qué consisten, porque puede encontrarse con varias sorpresas, como: no poder contratar en fin de semana y días festivos -temporada alta-; tarifas con determinada capacidad de lugares por avión y hotel, e incluso aplicable sólo en capacidad cuádruple -cuatro personas. Generalmente la publicidad que no especifica las condiciones es la que promueve los «paquetes gancho», es decir, el precio en apariencia es muy atractivo, pero en realidad tiene muchas limitaciones.

-Si usted se enteró de alguna promoción a través de un medio de comunicación, el costo debe ser el mismo en cualquier agencia de viajes, ya que éstas fungen sólo como intermediarias entre el usuario y el prestador del servicio. Las operadoras turísticas mayoristas le venden a las agencias pequeñas los paquetes ya integrados.

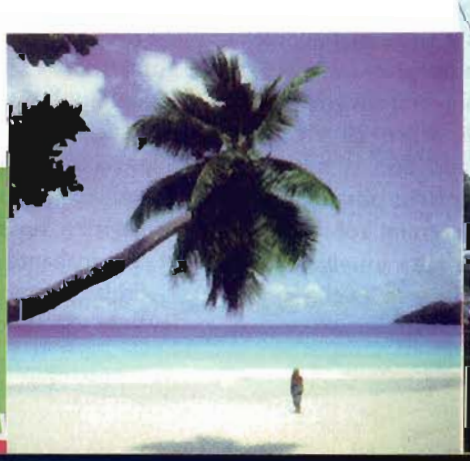
-La leyenda «Precios sujetos a cambios sin previo aviso» obedece a que la industria hotelera se rige en dólares, aunque usted haga el pago en moneda nacional; como consecuencia, si hay fluctuación en el tipo de cambio, también hay variación en el monto del «paquete».

-Otra posible limitante es que usted no tiene la posibilidad de modificar la salida o la llegada del transporte, y si pierde el vuelo, ¡no hay reembolso ni bonificación! No obstante, existe una alternativa: contratar el «paquete» con alguna de las dos líneas aéreas más consolidadas en México, las cuales ofrecen este servicio bajo el nombre de «VTP» -«Viaje Todo Pagado»- o «Gran Plan». La ventaja que tienen sobre los «paquetes» convencionales es la flexibilidad y la disponibilidad de vuelos y horarios.

-En la industria hotelera se manejan categorías, verifique si la que le ofrecen es de su agrado y va de acuerdo con su presupuesto.

-Es más seguro efectuar el pago a través de un depósito bancario a nombre de la agencia de viajes de su elección, pues si una agencia está registrada ante el banco, ello le da cierta garantía de que no es una empresa «fantasma».

-Pregunte a la agencia contratada cuáles son las condiciones en caso de cancelación.



-Al contratar un paquete vacacional cerciórese de que el comprobante detalle cada uno de los servicios que contrata (transporte aeropuerto-hotel-aeropuerto y alimentos, entre otros), y pregunte si le entregarán cupones para hacerlos válidos.

-Si el prestador del servicio turístico no cumple con alguno de los servicios pactados o con la totalidad de los mismos, tendrá la obligación de reembolsarle o bonificarle la suma correspondiente al servicio incumplido, o bien, podrá brindarle otro servicio de la misma calidad o equivalencia, a elección del consumidor (Art. 38, Ley Federal de Turismo).

Recuerde que si usted es trabajador al servicio del Estado cuenta con los servicios y ventajas que le ofrece TURISSSTE; asimismo, algunas organizaciones de trabajadores suelen ofrecer «paquetes» vacacionales con facilidades y ventajas, ¡pregunte por ellos!

No lo olvide, PROFECO le proporciona orientación en los módulos de atención al consumidor ubicados en los principales destinos turísticos de México, ¡conozca y defienda sus derechos como turista!

Paola Herrera

Fuentes: -Entrevista con Luis Gerardo Ortiz, director general de Proyecto de Vacaciones Bojórquez.
-Secretaría de Turismo.
-TURISSSTE.
-Sondeo de mercado en agencias de viajes.

TURISSSTE: una opción para los trabajadores del Estado

Éstos son los servicios más importantes que le ofrece en materia de turismo:

-Información y asesoría turística.
-Reservaciones aéreas nacionales e internacionales hasta con un 7 por ciento de descuento.
-Paquete VEA («Viaje Económico por Auto»).
-Visitas gratis al Centro Histórico.
-Excursiones Paraíso.
-Hospedaje.
-Transportación terrestre hasta con un 10 por ciento de descuento.
-Grupos especiales.
-Paquetes carreteros, hasta con un 14 por ciento de descuento.
-Crédito turístico.
-Pasajes en comisión.

Para obtener más información comuníquese a TURISSSTE: 5592-77-44 ó 5592-77-55, en el Distrito Federal; desde el interior de la república llame al 01-800-705-05-00.

Fuente: TURISSSTE

El autofinanciamiento,

¿una alternativa recomendable?

Hasta hace algún tiempo la palabra «autofinanciamiento» nos remitía a pensar en un grupo de consumidores que aportaban dinero para, después de cumplir con un determinado número de pagos, tener la cantidad necesaria para adquirir un automóvil.

Aunque originalmente ése fue el propósito, en la actualidad los autofinanciamientos han ampliado sus servicios y una persona puede ahorrar para adquirir una casa, un departamento o un bien menos costoso, como una motocicleta, aparatos electrodomésticos o equipo de cómputo.

Esta nueva forma de financiar bienes muebles e inmuebles ha tenido gran éxito en otros países, como Brasil, donde existen 430 empresas de autofinanciamiento y más de 26 mil grupos de solicitantes de financiamiento vigentes.

Por su parte, hasta la fecha en México se han beneficiado más de **118 mil personas** y hay **444 mil 500 consumidores** vigentes inscritos en las **30 empresas** de este ramo, de las cuales 15 están afiliadas a la **Asociación Mexicana de Administradores y Promotores de Sistemas de Autofinanciamiento (AMAPSA)**.

En qué consisten

El autofinanciamiento es un sistema **para comprar cualquier bien mueble, o bien, construir, ampliar o remodelar un inmueble, ya sea una casa, oficina, local comercial o consultorio médico.**

Los grupos se forman con 500 consumidores, quienes mensualmente aportan determinada cantidad a un fideicomiso; cada mes se realizan eventos de adjudicación, abiertos y ante un notario público, para otorgar el monto total reunido.

La ley establece que las empresas administradoras de estos fondos deben adjudicar por lo menos un contrato al mes, sin embargo, el número varía de acuerdo con la suma recaudada (a veces se hacen pagos anticipados) y el monto de los contratos.

Cómo y a quién se otorgan

Los procesos de adjudicación mediante los cuales se otorgan los créditos a los consumidores varían de una empresa a otra, aunque por lo general son los siguientes:

Sorteo: es aleatorio y debe ser supervisado por la Secretaría de Gobernación.

Puntuación: a quienes pagan puntualmente o con anticipación se les premia con puntos, y una vez que alcanzan cierto número tienen derecho a la adjudicación.

Subasta: durante el evento de adjudicación el consumidor ofrece, en un sobre cerrado, un determinado número de mensualidades; el beneficiado será quien reúna el mayor número de mensualidades pagadas y adelantadas.

Antigüedad: al llegar al 33 por ciento del plazo contratado.

Adjudicación directa: en caso de fallecimiento del solicitante automáticamente se otorga la adjudicación.

Pagos que debe tomar en cuenta

Resulta importante mencionar que la mensualidad está determinada por el plazo contratado, esto es, el monto se divide entre los años elegidos y a ese resultado se le suma la cuota de administración y la del seguro; en este tipo de sistema de ahorro no sólo se paga la aportación a capital, también hay otros gastos como:

Inscripción: que asciende al 4 por ciento del monto contratado y por lo general se hace en dos pagos, es decir, el 1.5 por ciento al inscribirse y el resto al momento de la adjudicación. El costo es el mismo en todas las empresas, lo que cambia son las formas de pago (algunas cobran el 2 por ciento al principio y el 2 por ciento al final).

Cuota de administración: es del 0.1 por ciento mensual.

Seguro médico: es del 0.4 por ciento mensual y se aseguran personas desde los 18 hasta los 70 años de edad; además abarca otras coberturas como: incapacidad total y permanente, desempleo -hasta seis mensualidades- y gastos funerarios

Quejas contra sistemas de autofinanciamiento

		Resueltas	Pendientes	Total
Muebles		560	247	807
Inmuebles		752	749	1501
Principales proveedores de muebles		Resueltas	Pendientes	Total
	Autofin	355	114	469
	Sicrea	135	89	224
	Afasa	70	44	114
Principales proveedores de inmuebles		Resueltas	Pendientes	Total
	ACO	450	539	989
	GEO	179	167	346
	HIR	121	43	164
Principales motivos de reclamación	No se respetaron los términos del contrato. Incumplimiento en la entrega. Negativa a rescindir el contrato.			

Fuente: Dirección General de Quejas y Conciliación, PROFECO.

-además de la suma asegurada se otorgan 5 mil pesos y el seguro es extensivo al cónyuge.

Para evitar que disminuya el poder adquisitivo del dinero, ya que por lo general transcurren algunos años hasta que las personas logran la adjudicación, existe el **factor de actualización**, que es de tres tipos:

Factor de actualización cero: se opta por no actualizar el monto contratado, así la cuota mensual y la cantidad contratada siempre serán las mismas.

Variable: se obtiene al sacar el promedio entre la inflación y el salario mínimo (varía cada semestre).

Fijo: es del 4.5 por ciento cada seis meses.

Ventajas y desventajas

- No es necesario un aval, ya que **se trata de un sistema de ahorro**.
- **La aprobación está garantizada** (no se solicitan comprobantes de ingresos).
- **No se necesita dar un enganche**.
- **No se cobran intereses** (los pagos van directo al capital).
- **El sistema es muy flexible** en cuanto a la elección de plazos y montos (los montos van desde los $ 50,000.00 hasta los $ 700,000.00 y los plazos de contratación fluctúan entre cuatro y 20 años).
- Al hacer pagos anticipados **no se paga la cuota del seguro**.
- Algunas empresas realizan rifas de computadoras y aparatos electrodomésticos entre los consumidores cumplidos.

Sin embargo, dentro de este sistema pueden considerarse como desventajas las siguientes:

- Si desea cancelar su contrato, **únicamente le devolverán las aportaciones hechas a capital**; por ejemplo, si usted tiene un plan a 16 años por $ 500,000.00 su mensualidad será de $ 3,422.00, pero sólo le devolverán $ 2,600.00, que es el abono a capital, ya que $ 500.00 corresponden al pago de administración, $ 75.00 por IVA y $ 242.00 del seguro.
- Tome en cuenta que los sistemas de autofinanciamiento son muy útiles, pero son a mediano y a largo plazos, recuerde que si no obtiene el monto contratado por sorteo tendrá que subastar o llegar al 33 por ciento del plazo estipulado.

Antes de contratar

Si está interesado en contratar un autofinanciamiento, no olvide tomar en cuenta lo siguiente:

- Procure que la empresa que elija tenga su contrato registrado ante PROFECO y esté afiliada a la Asociación Mexicana de Administradores y Promotores de Autofinanciamiento (AMAPSA), así estará seguro de que dicha empresa cumple con la legislación vigente.
- Actualmente en el mercado hay diferentes planes y algunas empresas que no administran únicamente fondos para adquirir o remodelar propiedades, también están **abriendo el mercado a autos, equipos de cómputo y electrodomésticos**.
- Es importante que lea bien el contrato antes de firmarlo.

Amigo consumidor, si no cuenta con el capital para adquirir o remodelar una propiedad, tal vez un autofinanciamiento sea una alternativa.

Vanessa Prieto

Fuente: Asociación Mexicana de Administradores y Promotores de Sistemas de Autofinanciamiento (AMAPSA).

¡Sáquele provecho!

Ecoturismo: ¡consumo respetuoso de natura!

Hoteles de cinco estrellas, discotecas, casinos, cruceros y playas con multitud de visitantes en busca del bronceado perfecto, son algunas opciones «convencionales» para vacacionar. Sin embargo, la infraestructura necesaria para este modelo turístico acarrea consecuencias negativas para el ambiente y la cultura.

A principios de la década de los noventa se agudiza la preocupación por el progresivo deterioro ambiental, surge entonces como alternativa el «ecoturismo», concepto creado por el mexicano Héctor Ceballos Lascuráin, y definido por la Unión Mundial para la Naturaleza como «aquella modalidad turística ambientalmente responsable, que consiste en viajar o visitar áreas naturales relativamente sin disturbar, con el fin de disfrutar, apreciar y estudiar los atractivos naturales -paisaje, flora y fauna silvestres-, así como cualquier manifestación cultural -del presente o del pasado-, a través de un proceso que promueve la conservación, tiene bajo impacto ambiental y cultural, y propicia un involucramiento activo y socioeconómicamente benéfico para las poblaciones locales».

Antes, el concepto que prevalecía era el de conservación, es decir, mantener en «vitrina» los recursos naturales, sin tocarlos. Ahora la tendencia se inclina hacia la preservación mediante un aprovechamiento sustentable: conservar la naturaleza a través de una recreación respetuosa en ella.

Aunque las personas por lo general asocian este tipo de turismo con los «mochileros», es decir, un viaje barato y, para algunos, sumamente incómodo -puede serlo si así lo solicita-, en el lugar menos sospechado también puede encontrar sitios «ecoturísticos» formalmente establecidos y seguros que le ofrecerán agua caliente, camas y hasta un *champagne* francés.

En cuanto a costos, el promedio es de entre $ 600.00 y $ 1,000.00 diarios por persona, precio que aumenta según la comodidad que desee, así como la distancia y lo accesible del lugar. Hay excursiones especiales para niños, jóvenes, e incluso programas de integración empresarial.

México lindo y generoso

La República Mexicana, al figurar entre los países que poseen megadiversidad biológica, tiene un enorme potencial para la práctica y desarrollo del ecoturismo, que de ser manejado correctamente, constituye una herramienta poderosa y efectiva para preservar nuestro patrimonio natural y cultural.

Ilustremos esta vastedad haciendo un recorrido imaginario por las regiones de México con mayor potencial ecoturístico:

Península de Baja California y Mar de Cortés: mil 600 km de longitud -supera a la de la península itálica. Tiene ecosistemas desérticos espectaculares, pero su principal atractivo es la ballena gris. Cada año el cetáceo recorre 16 mil km de viaje redondo -el más largo de migración de los mamíferos. Llegan entre diciembre y marzo para aparearse y parir.

Los puntos principales de Baja California para su observación son: las Lagunas de Guerrero Negro, Ojo de Liebre, San Ignacio y Bahía Magdalena. Además, varias islas del Mar de Cortés son sitios de anidación de aves marinas, por lo que el acceso a ellas está regulado.

En Baja California también encontramos creaciones humanas: misiones construidas entre los siglos XVII y XIX, de invaluable valor histórico y artístico. También existen pinturas rupestres y pictográficas ubicadas en las zonas montañosas de la península.

Por si lo anterior fuera poco, hay áreas protegidas como: el Parque Nacional Constitución de 1857, la Reserva de la Biósfera El Vizcaíno, la Reserva de la Biósfera Alto Golfo de California y la del Delta del Río Colorado, entre otras.

Sierra Madre Occidental y Noroeste de México: el elemento que une a los estados de Chihuahua, Sonora, Sinaloa, Durango y Nayarit es la Sierra Madre Occidental.

El recorrido del «Ferrocarril Chihuahua-Pacífico» permite contemplar paisajes inefables.

Uno de los puntos más espectaculares es la región de las Barrancas del Cobre, en donde se ubica la cascada de mayor longitud de México: el Salto de Basaseáchic, con más de 30 metros de caída libre.

En cuanto a fauna, aún subsisten especies en peligro de extinción, como oso negro, puma, gato montés, berrendo, borrego cimarrón y venado cola blanca. Algunas de las áreas protegidas son: El Pinacate, el Gran Desierto de Altar, y la Reserva Especial de la Biósfera Cajón del Diablo.

México Central: constituye el centro histórico de nuestro país, alberga a las únicas cuatro cimas permanentemente nevadas de México: Popocatépetl, Pico de Orizaba -Citlaltépetl-, Iztaccíhuatl y Nevado de Toluca.

Tanto en el Pacífico como en el Golfo de México hay desde bosques templados hasta playas.

En este punto existen zonas arqueológicas como: Teotihuacán, Tula, Calixtlahuaca, Cacaxtla, Cholula, Tajín, Yohualinchán, Malinalco, El Tepozteco y Teotenango, entre otras.

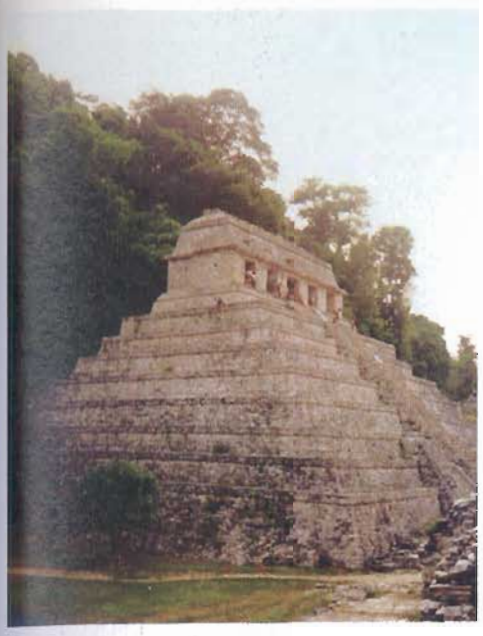
El fenómeno natural más conocido y singular es el de la mariposa «monarca», que inverna en grupos masivos en bosques de oyamel de los estados de México y Michoacán. A nivel mundial es el insecto que recorre la mayor distancia durante su proceso migratorio.

Sureste de México: aquí se encuentra concentrada la mayor biodiversidad de la república: selva, bosques de niebla, manglares, playas y el místico Caribe.

En materia de arqueología destacan: Palenque, Chichén Itzá, Uxmal, Cobá, Calakmul, Edzná y Tulum. Sólo en el estado de Yucatán se han registrado mil 100 zonas arqueológicas.

El Cañón del Sumidero, las Lagunas de Montebello, los cenotes, grutas y cavernas, son destinos de majestuosa belleza.

Sur de México: en los estados de Guerrero y Oaxaca, la Sierra Madre del Sur alberga bosques de niebla con flora y fauna exclusivas de esos lugares.



Fenómeno a nivel mundial

El modelo turístico denominado de «sol y playa» surgió al término de la Segunda Guerra Mundial, y tuvo auge en todo el planeta desde la década de los cincuenta hasta bien entrados los noventa. Hay evidencias de que este modelo turístico masivo se está agotando a nivel mundial. Algunos de los motivos son:

- El excesivo y muchas veces descontrolado desarrollo de infraestructura física turística que ha ocurrido en muchas playas alrededor del mundo acabó degradando el entorno natural y cultural de muchos sitios antes atractivos.
- La contaminación ambiental de mar y playas, al no reglamentarse en forma adecuada el desalojo de residuos.
- El temor de contraer cáncer cutáneo -sobre todo entre la raza blanca- por la exposición prolongada al sol, provocado por el deterioro de la capa de ozono.
- El interés creciente del público por la ecología y también la consternación por la degradación ambiental del planeta.
- La inquietud por conocer de primera mano paisajes, fauna y culturas exóticas, lo cual impulsa a realizar viajes de conocimiento y exploración, más que visitas sedentarias a las playas.

Fuente: Ceballos Lascurám, Hector. Ecoturismo, Editorial Diana, México, 1998.

En la costa pacífica sur existen extensos manglares y playas a los que arriba la tortuga marina. También puede conocer al célebre árbol de «El Tule», milenario ahuehuete que se presume es el árbol de mayor circunferencia en el mundo.

Además está el elemento cultural de zonas arqueológicas como Mitla, Monte Albán y Yagul; ciudades coloniales como Oaxaca, Yanhuitlán, Huajuapan de León y Taxco, entre otras.

Están las áreas protegidas: parques nacionales como el de «Lagunas de Chacahua», «Benito Juárez» y «El Valadero».

¡En acción!

Si ya tomó la decisión de ser ecoturista, puede lanzarse a la aventura sin mediación de una agencia de viajes. Sin embargo su excursión es más segura y provechosa si acude a Sectur, o bien, llama a Infotur: en el Distrito Federal al (5)250-01-23 ó (5)250-01-51, del interior sin costo al 01(800) 903-92-00, Internet: http://mexicotravel.com, o directamente a la Asociación Mexicana de Turismo de Aventura y Ecoturismo (Amtave) al teléfono 01(5) 663-53-81, o consulte la siguiente dirección electrónica: amtave@mexico.com

¿Por qué?

- Porque tienen registrados los puntos donde hay albergues.

- Porque llevan a la práctica cabalmente el concepto de ecoturismo.
- Porque cuentan con guías especializados en las diferentes zonas que le permitirán aprovechar mejor el tiempo y los atractivos del lugar. Además tienen conocimientos de primeros auxilios y rescate.
- Porque al ser la naturaleza la «infraestructura» principal del ecoturismo, es «caldo de cultivo» de charlatanes que no respetan las reglas de preservación.

Usted puede elegir el viaje con base en el ecosistema que más le agrade: playa, selva, bosque o desierto. O bien, según la actividad que le interese: bicicleta de montaña, observación de aves, visita a zonas arqueológicas, descenso en ríos, campismo o un simple y suculento «taco de ojo».

No lo piense más: atrévase a reintegrarse armoniosamente con natura, ¡rescate su naturaleza!

Paola Herrera

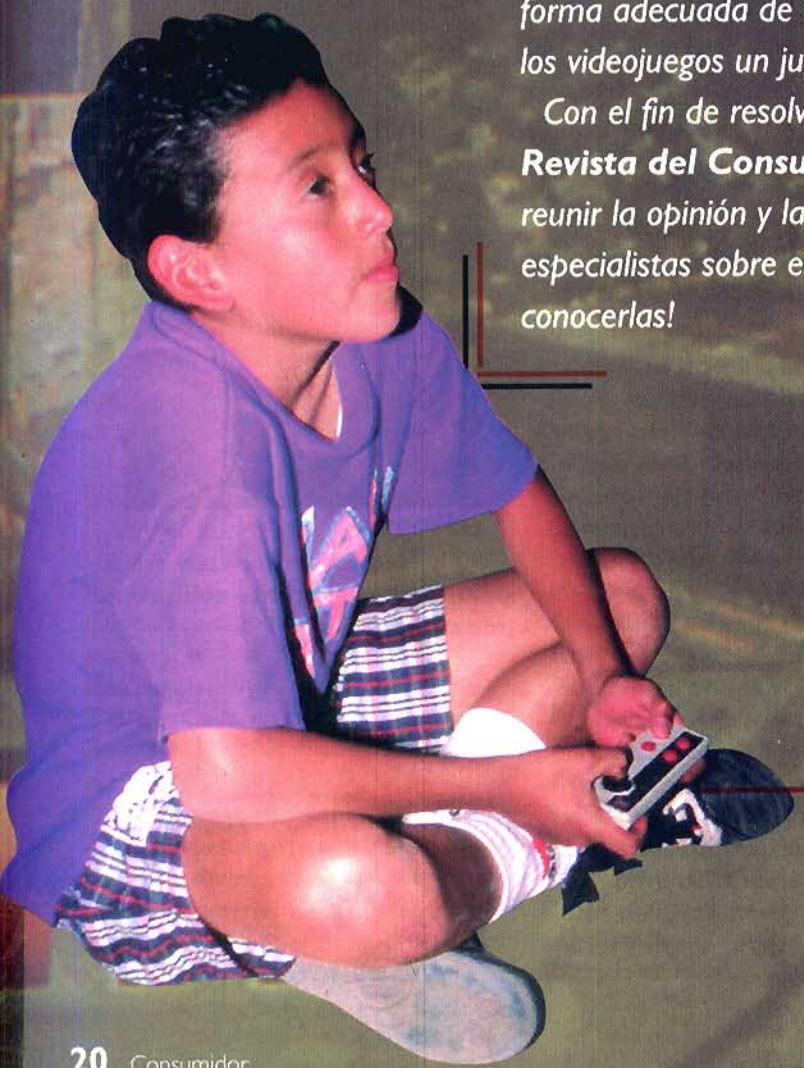
Fuentes: -Secretaría de Turismo.
-Entrevista con Daniel Martínez, gerente de la Asociación Mexicana de Turismo de Aventura y Ecoturismo.
-Ceballos Lascurám, Héctor. Ecoturismo, Editorial Diana, México, 1998.

Videojuegos

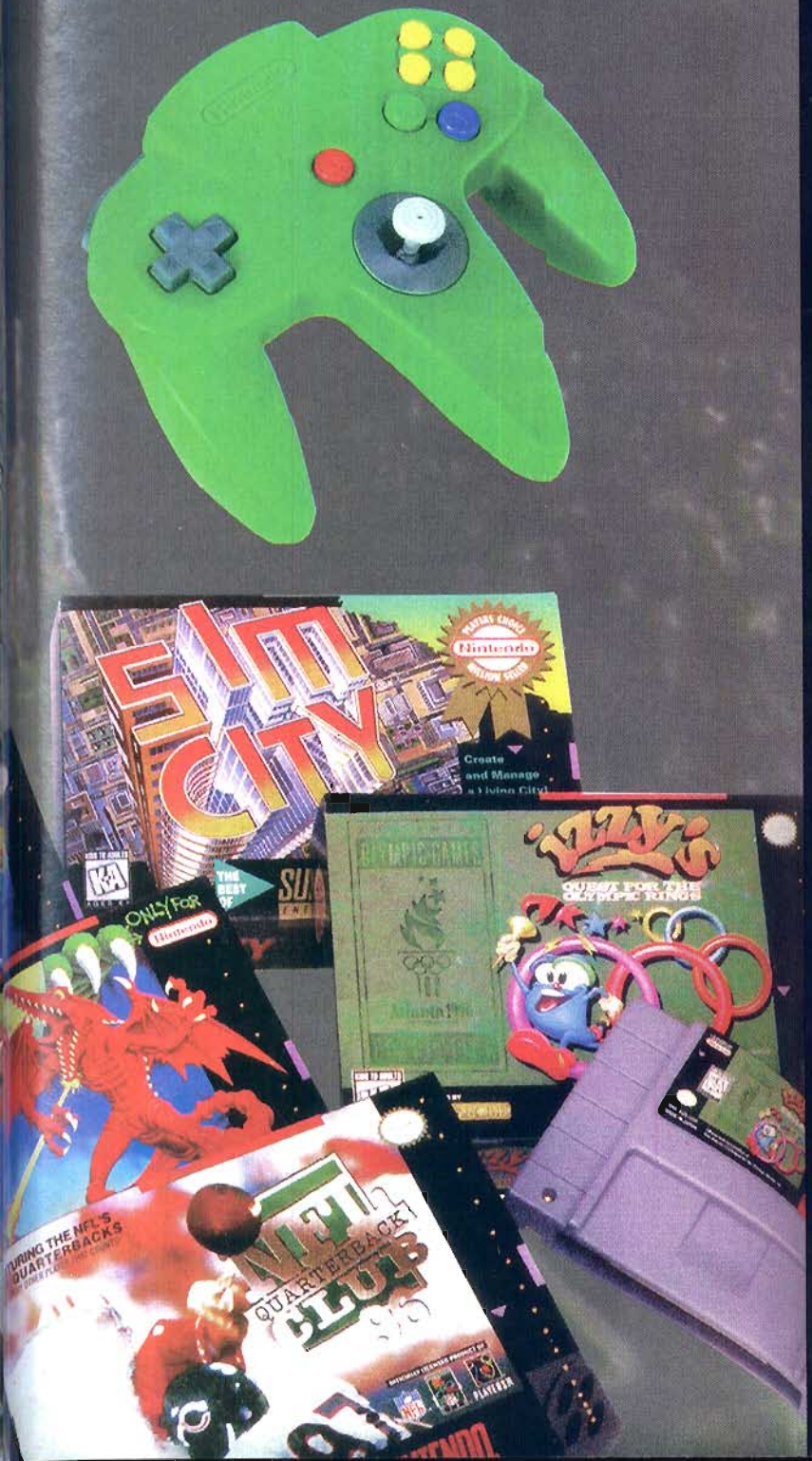
¿Cómo hacerlos amigos de

Los videojuegos se han convertido en una de las distracciones preferidas de los niños, sin embargo, su creciente popularidad entre los pequeños nos obliga a formular algunos cuestionamientos: ¿proporcionan elementos positivos y útiles para el desarrollo del niño?, ¿inducen a la violencia o a conductas antisociales?, ¿cuál es el tiempo y la forma adecuada de usarlos?, ¿es posible hacer de los videojuegos un juguete amigable?

Con el fin de resolver estas interrogantes, la ***Revista del Consumidor*** *se dio a la tarea de reunir la opinión y las recomendaciones de los especialistas sobre el tema, ¡lo invitamos a conocerlas!*



sus hijos?



La importancia del juego

La importancia que tiene el trabajo para el adulto es la misma que implica el juego para el niño: el trabajo es un espacio en el que las personas mayores pueden desarrollar todas sus habilidades, mientras que **el niño encuentra en el juego la posibilidad de manifestar todas sus inquietudes, de acuerdo con su etapa de desarrollo.** Las actividades lúdicas le permiten descubrir y aprender aptitudes, habilidades y valores que lo preparan para la vida.

En el ámbito educativo se ha reconocido que el juego es un valioso recurso para facilitar el aprendizaje y el dominio de algunos programas de la enseñanza formal.

Desde esta perspectiva no se puede desdeñar la influencia de los videojuegos -incluidos los más modernos, denominados multimedia- como una posibilidad más para estimular el aprendizaje y el desarrollo. Sin embargo resulta fundamental saber cuáles son los beneficios que éstos pueden proporcionar a los infantes.

¿Qué aportan los videojuegos?

Para que el niño pueda interactuar con cualquier aparato de videojuegos requiere de ciertas habilidades cognoscitivas, como **la percepción, la atención, la memoria, el lenguaje, la imitación y la destreza motriz.**

A través de la acción repetida del videojuego se estimula el cerebro y el desarrollo de dichas habilidades, por ejemplo:

- Se logra reducir el tiempo de reacción para dar una respuesta motora.
- Aumenta la rapidez y la precisión de la coordinación ojo-mano.
- Incrementa la velocidad en la elección de alternativas.
- Mejora la calidad en la toma de decisiones.
- Estimula el espíritu de competitividad y motiva la persistencia para enfrentar la dificultad de los problemas que plantea el juego.
- Aprende y respeta las reglas. Independientemente del juego de que se trate, cada uno ofrece la posibilidad de desarrollar una tarea, ya sea un simulador de carreras, de vuelos de aviones o

espaciales, o bien, de construcción de ciudades o conquistas territoriales, juegos deportivos como futbol o basquetbol, así como la confrontación de personajes «buenos» contra «malos», y juegos de destreza geométrica, entre otros.

¿Y la violencia?

La mayoría de los videojuegos utiliza la violencia para luchar contra el adversario, por lo que el niño requiere de la fuerza de su agresividad para vencer al enemigo.

Respecto a lo anterior, los especialistas entrevistados coinciden al señalar que ello no quiere decir necesariamente que el niño aprenda o incremente su agresividad a partir de su relación con el videojuego, sino que probablemente estas conductas se practican por imitación o porque los pequeños son víctimas de la agresividad y la violencia intrafamiliar.

En todo caso, el juego cumple una función importante: constituye una válvula de escape para canalizar su agresividad reprimida, aunque se corre el riesgo de que el niño exteriorice este comportamiento hacia el mundo real.

¿Qué hacer?

Los expertos reconocen que los juegos de video pueden cumplir una función educativa al ser un estímulo para aprender y desarrollar habilidades cognoscitivas que directa o indirectamente favorezcan el aprendizaje escolar.

No obstante, **el problema surge cuando no hay límites** y se le permite al niño que use el videojuego cotidianamente, es decir, que **interfiera con sus deberes** escolares o domésticos, **aislándolo de su entorno**: no juega con los amigos, no quiere comer por no interrumpir el juego, etcétera.

La advertencia -señalan los especialistas- es poner especial atención en el tiempo que el pequeño dedica a los videojuegos, pues **sin la supervisión de un adulto, el niño somete su voluntad al mundo de la estimulación audiovisual alucinante del juego cibernético.**

Así, un recurso educativo **llega a ser perjudicial si al niño se le deja jugar todo el tiempo y en cualquier lugar**, ya que se propician hábitos negativos, como:

- Desconectarse de la realidad al preferir el mundo ficticio que ese juego le ofrece, para satisfacer sus carencias de atención y cuidado por parte de los adultos.
- Quebrantar la disciplina, lo cual llega a propiciar conflictos con los adultos cuando éstos tratan de establecer límites.

Por otra parte es importante que **un videojuego no se destine sólo al niño, sino a toda la familia**; así el pequeño tendrá que ceder e intercambiar turnos con hermanos, padres, primos, amigos, etcétera.

Asimismo le recomendamos que al momento de comprar y usar un juego de video tome en cuenta los siguientes aspectos:

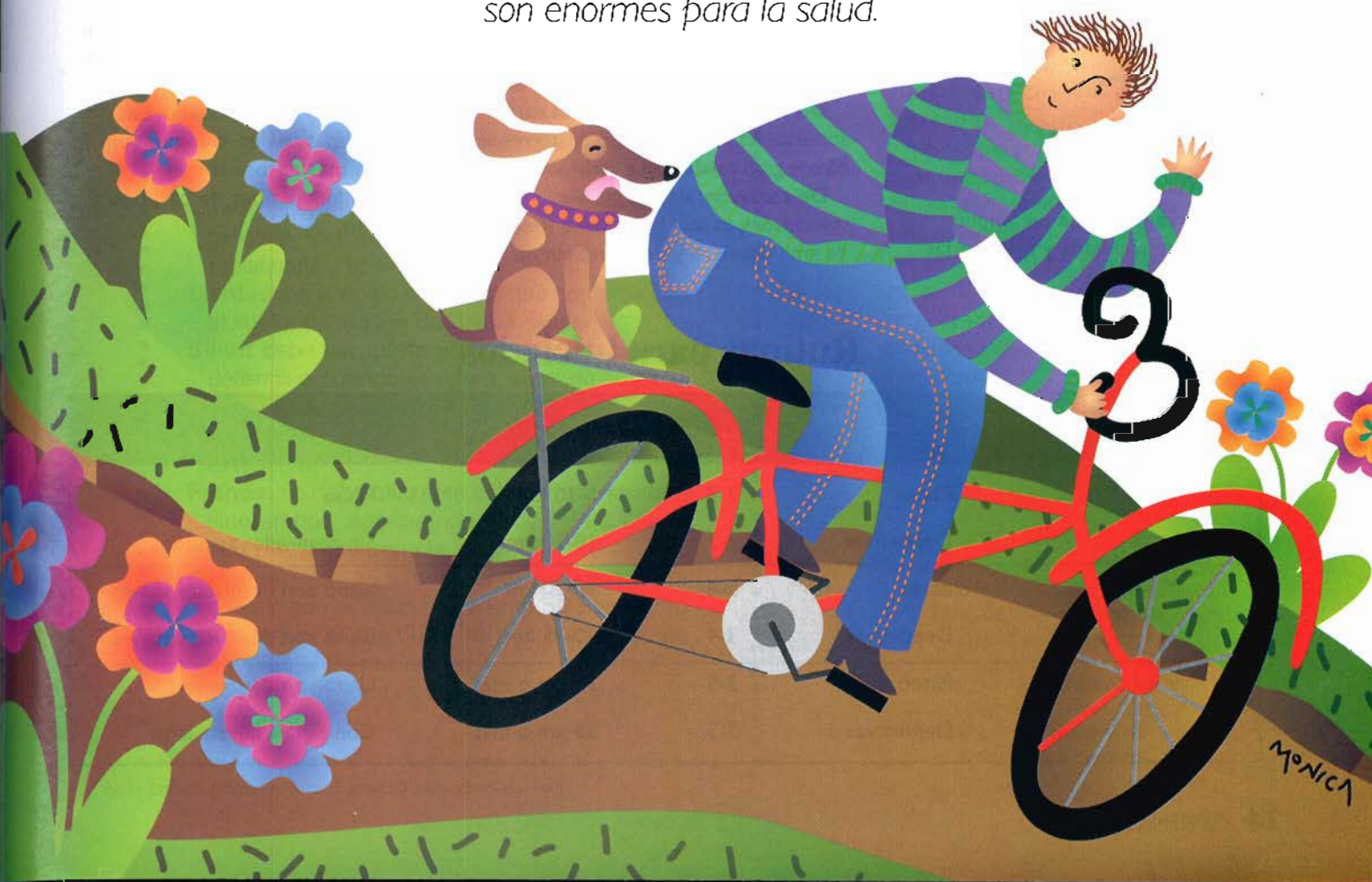
- **Identifique** los videojuegos que tienen **un propósito educativo**, qué es lo que el juego le enseñará al niño.
- **Determine límites** claros respecto **al tiempo de juego**, tomando en cuenta que éste no debe exceder las dos horas continuas.
- Respecto de aquellos videos que presentan **juegos violentos**, es importante advertir que **aunque no promueven propiamente la violencia, no ofrecen una recompensa**, es decir, el reto es cuánto tiempo puede sobrevivir el usuario y lo único que puede esperar es llegar a un nivel mayor de dificultad. En cuestión de **desarrollo humano** es mucho más interesante que los niños jueguen a «policías y ladrones» a que jueguen solos frente a la pantalla.
- Fomente en el niño el hábito de compartir con otras personas el juego, además de que así disminuirá el tiempo que le dedique a esa actividad.
- **Juegue con el niño** para conocer la estructura, el contenido, la dinámica y el objetivo de cada videojuego, y platique con él sobre las cualidades y las desventajas del mismo, así estimulará en él la conciencia de lo que aprende.

Graciela Muñoz

Fuentes: -Entrevista con la doctora Clotilde Juárez, profesora e investigadora de la Universidad Pedagógica Nacional (UPN). -Maestra Marcela Santillán, profesora de la UPN y asesora del Instituto Latinoamericano de Comunicación Educativa (ILCE). -Psicóloga Roxana Aguilar Camacho, miembro de la Asociación Mexicana de Alternativas en Psicología. -Doctor Alejandro Radchik H., presidente de la Sociedad Psicoanalítica de México, A. C.

La bicicleta:
pasatiempo que regala salud

Generalmente, la bicicleta se concibe sólo como un regalo para niños en fechas festivas, o como un simple juguete. Sin embargo, los beneficios que brinda un artefacto tan sencillo son enormes para la salud.



Mejore su calidad de vida

Si está dispuesto a disfrutar el tiempo libre de otra manera, la bicicleta es una excelente alternativa. Tiene la ventaja de poder practicarse de manera solitaria, es ideal para la introspección, o bien, puede aprovecharse en grupo, ya que fomenta la convivencia.

Pasear en bicicleta 30 minutos, dos o tres veces por semana, contribuye a mantener en buen estado nuestra salud. La actividad ciclista beneficia al sistema circulatorio, el cual le suministra oxígeno a la sangre. Además favorece el mantenimiento de la cavidad interna del corazón. En cuanto a la actividad neurológica, una persona activa tiene una movilidad y respuesta neurológica más veloz que una pasiva. Por si fuera poco, el ciclismo es un ejercicio tonificante y relajante si se practica después de cualquier jornada.

La escasa actividad física inevitable en ciertos trabajos y el ocio pasivo y voluntario, acarrean enfermedades provocadas por el sedentarismo. Las más comunes son: la diabetes, el cáncer en el colon y las afecciones cardiovasculares.

Para todos los gustos y usos

El mercado ofrece un amplio abanico de modelos y precios, las hay desde $ 300.00 para niños, y para adultos desde $ 700.00.

Al comprar una bicicleta, las medidas anatómicas del usuario son las que determinarán su altura y longitud. El segundo factor para una buena elección es el uso que se le va a dar.

Algunos de los principales tipos de bicicleta que ofrece el mercado son:

De montaña: está diseñada para soportar las irregularidades del terreno; ofrece gran estabilidad y resistencia.

De carreras: alcanza grandes velocidades; es más ligera, tiene ruedas de gran diámetro y manubrio curvo.

Tipo turista: tiene un cuadro fuerte de acero y ruedas grandes; es idónea para transportar cargas pesadas, ¡por algo aún las utilizan los carteros y quienes recorren grandes distancias para vender tacos de canasta en la vía pública!

En cuanto a materiales, el común es el acero, con aleaciones aligeradas de otros metales como el manganeso y el molibdeno. Los mejores materiales -aunque también los más caros- son el duraluminio, la fibra de carbono y el titanio.

Diviértase y conviva sanamente

La actividad ciclista en grupo no sólo se practica a nivel profesional. Existen también clubes a lo largo y ancho de la república que organizan recorridos con fines meramente recreativos. En el Distrito Federal, por ejemplo, existe una agrupación denominada los «Bicigatos», que entre otras actividades los domingos organiza un paseo de tres horas con un recorrido de 25 km. Los ciclistas van escoltados por una ambulancia para solucionar cualquier contingencia.

Por otro lado, la Asociación de Ciclismo del D. F. está promoviendo una propuesta para que cada delegación política organice una vez al mes como mínimo actividades ciclistas a nivel competitivo y recreativo.

Para mayor orientación comuníquese o acuda a las entidades deportivas y/o culturales de su localidad; si vive en la ciudad de México le recomendamos ponerse en contacto con la Comisión Nacional del Deporte a los teléfonos: 665-33-94 ó 657-00-18, y con los «Bicigatos» al 523-66-05 ó 669-18-96.

Rutinas para iniciados

Semanas	Bicicletas	Número de salidas	Distancias	Recorrido
1ª y 2ª	Paseo	2-3	5-10 km	Plano
	Deportivas	2-3	10-20 km	Sin desniveles acusados
3ª y 4ª	Paseo	3-4	10-20 km	Llano con desniveles suaves
	Deportivas	3-4	20-35 km	Llano con desniveles suaves
5ª en adelante	Paseo	3-5	30 km o más	Llano con desniveles
	Deportivas	3-5	35 km o más	Con alguna cuesta larga

José Luis Hernández, Ciclismo, Editorial Alhambra, Madrid, 1986.

Recomendaciones de compra

• Si piensa hacer del ciclismo una actividad constante, lo conveniente es inclinarse por una bicicleta que tenga un cuadro a la medida exacta de su anatomía, lo cual le proporcionará comodidad y eficacia. Si no encuentra una bicicleta que se ajuste a sus medidas puede encargar un cuadro para que lo construyan de manera artesanal.

• Las bicicletas con varias velocidades ayudan a vencer los desniveles del terreno y reducen o aumentan el esfuerzo, sin embargo, no son recomendables para niños menores de 15 años, pues el cambio de velocidad implica modificar el ritmo de las piernas y los menores de esta edad aún no han alcanzado un desarrollo absoluto de coordinación

• En esta actividad los accidentes fatales se producen por contusiones en la cabeza, por lo que un casco rígido es el único accesorio realmente indispensable. Sin embargo, para evitar lesiones menores, el usuario puede equiparse con guantes, rodilleras, coderas y calzado especial para ciclismo, entre otros accesorios.

• A las personas con afecciones cardiovasculares no se les recomienda realizar grandes esfuerzos ni paseos largos.

• En invierno no es conveniente pasear en bicicleta sino hasta que salga el sol o suba la temperatura, así se evitan contraer enfermedades respiratorias.

• Nuestra última recomendación: ¡no olvide que la bicicleta es algo más que un simple juguete!

Paso a paso, un repaso al pasado

Leonardo da Vinci es considerado como el inventor de la transmisión por cadena, pero sólo hay evidencias en planos, nada materializado.

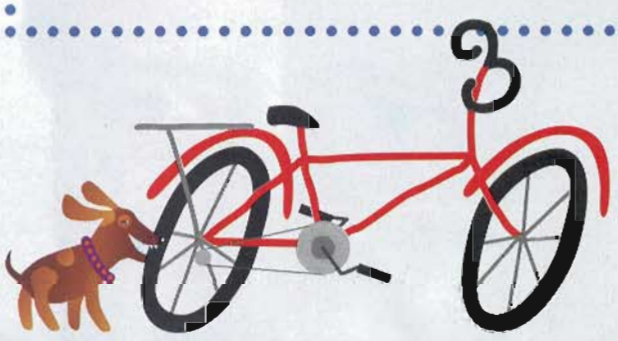
El primer antecedente palpable es el celerífero, creación del francés De Sivrac. Este vehículo era accionado por el apoyo y empuje alternativo de los pies sobre el suelo.

Sin embargo, algunos historiadores niegan la existencia del celerífero y consideran al velocípedo, del alemán Von Drais, como el primer antecedente de la bicicleta.

Los franceses Pierre Michaux y su hijo Hernest fueron quienes comercializaron los primeros velocípedos, con el nombre comercial de «michaudina».

El modelo evolucionó y su último eslabón fue Dunlop, quien en 1887 redescubrió los neumáticos con cámara de aire.

La bicicleta se mantiene inalterable en lo sustancial desde que, en 1800, el inglés Humber le dio la forma trapezoidal al cuadro. Lo que sí ha evolucionado son los materiales empleados en su construcción.



La bicicleta en partes

Cuadro: es el esqueleto y la parte vital de la bicicleta. Sus cualidades deben ser estabilidad, resistencia y ligereza.

Llantas: es el único elemento que contacta con el suelo; deben ser de buena calidad.

Sillín: debe ser fuerte y cómodo. La altura se determina cuando el sujeto, sentado sobre el sillín, coloca el talón en el pedal, cuando esté en su posición más baja, y la pierna queda extendida.

Frenos: no debe utilizarse sólo el freno trasero, sino ambos, aun cuando el delantero sea el que realmente frena la bicicleta.

Pedales: son el tercer punto de apoyo. Se estima que el sillín soporta el 50 por ciento del peso, el manillar 30 por ciento, y los pedales el 20 por ciento.

Cadena: conviene tenerla siempre limpia y engrasada.

Paola Herrera

Fuentes: -Entrevista con Víctor Raza, secretario de la Federación Mexicana de Ciclismo.
-Revista La Bicicleta: Vivir más, vivir mejor. Claudia Beristáin de Rivera, núm. 127, septiembre, 1998, México.
-José Luis Hernández Sánchez, Ciclismo. Editorial Alhambra, Madrid, 1986.
-Juan Carlos Pérez, Los orígenes del ciclismo. Editorial Librería Deportiva, Madrid.

Una tras otra en la ruta del consumo

Paco Stanley, el conocido conductor del programa «Una tras otra», que se transmite por Televisión Azteca, nos muestra su faceta como consumidor y comparte con usted, amable lector, sus experiencias y opiniones en torno al polifacético mundo del consumo.

¡Un comprador compulsivo!

Definitivamente tengo que reconocer que soy un pésimo consumidor, soy un comprador compulsivo. Cuando voy a un supermercado adquiero productos arbitrariamente, es decir, compro lo que se me antoja o las marcas que me gustan. No soy disciplinado. Por ejemplo, cuando voy al super me llevo los productos sólo porque están rebajados, por lo que hago una compra absurda e ilógica.

Sin embargo, el otro día tuve la oportunidad de recibir en el programa a un representante de PROFECO, y gracias a sus comentarios ahora sé qué y cómo se debe comprar.

Aunque si se trata de ropa me inclino más por la que me gusta, que por las marcas. Si veo un suéter que me gusta, elijo cuatro de diferente color sin importar qué marca es.

¿Fechas consumistas?

Comprar en esas fechas es algo natural y lógico del comportamiento del mexicano. En esos días queremos agradar, mostrar nuestro afecto y cariño, creemos que esos sentimientos no tienen precio y nos volvemos compradores compulsivos, por lo que muchas veces rebasamos nuestro presupuesto y nos endeudamos.

Considero que regalar es un desfogue del mexicano y tiene una justificación lógica. Por supuesto en esas fechas yo sí compro.

Tiempo libre

Me gusta mucho ver la televisión, soy el clásico «botonero» que cambia de canal constantemente, aunque soy muy afecto a los documentales. También la veo antes de dormir.

Prefiero la televisión que ver películas, pues el cine no es algo que me apasione, por eso no voy mucho. En cuanto a la música, me gusta la tradicional, la música semiclásica, tranquila, para poder meditar, leer y pensar, aunque nunca llego a ninguna conclusión.

Por las características y necesidades específicas de mi trabajo, normalmente como fuera de casa, pero tengo que reconocer que la comida de los restaurantes no me satisface, además no creo que ofrezcan la mejor calidad ni el mejor servicio, pero sí los precios más altos.

En cuanto a la lectura, soy muy afecto a las novelas, me gusta Spota, Herman Hesse, Fuentes, aunque también procuro estar informado.

Las novelas son mis libros preferidos porque soy muy soñador... y quisiera escribir algún día, aunque sé que nunca lo voy a hacer porque no tengo las características, ni la calma ni el talento para escribir una novela.

Por otra parte, cuando salgo de vacaciones busco la comodidad, pero también lo rústico, es decir, llegar al hotel de un pueblito que sea colonial, como San Miguel Regla.

Yo sería feliz si pudiese pasar tres días en la casa de adobe de unos amigos agricultores. Amo a mi país y me fascina la historia de México.

Si no tengo tiempo para viajar trato de dármelo, por ejemplo, cuando tengo días libres me voy a «pueblear» porque me encanta recorrer los mercados, ir a las aguas termales...

Paco Stanley en pocas palabras

Enseguida la presentamos algunas ideas que inmediatamente vienen a la mente de Paco Stanley al expresarle ciertos términos vinculados al ámbito del consumo.

Queja: Autoridad
Factura: No doy
Garantía: No existe
Ofertas: Muchas
Calidad: Pocas veces
Etiqueta: La mayoría de la gente
Consumismo: ¡Exagerado!

¿Mal servicio?

Pienso que dar un buen servicio es muy importante, la gente sufre mucho por los abusos, así como por las aparentes ofertas, que yo llamo «subofertas», porque en realidad sólo engañan al público.

A veces unas galletas que cuestan 40 pesos están de oferta a 32 pesos, pero el mismo producto de «marca propia» -que es exactamente igual- ¡cuesta la mitad!

Si un prestador de servicios no cumple con lo ofrecido o trata de venderme algo que no era lo acordado, yo sí reclamo y lo rechazo.

Tengo que reconocer que me pasa lo que a muchos mexicanos: no presento mi denuncia en la instancia correcta, porque me parece que voy a perder el tiempo, que no me van a hacer caso o no voy a recuperar el dinero invertido. Los mexicanos no confiamos en los servidores públicos ni en la autoridad.

Educando al consumidor

El trabajo que hace PROFECO es relevante, ya que educa a la gente para no buscar marcas sino calidad en los productos.

Lo que se está haciendo ahora con las medicinas es sensacional, porque se aconseja fijarse en la sustancia activa y no en la marca. Hoy más que nunca se debe educar a la población para que compre lo que debe.

Me preocupa mucho que la gente gaste lo que no tiene; cuando en el programa se mencionó que en PROFECO pueden consultarse los precios por teléfono o en pantallas me pareció sensacional porque así los consumidores defienden su economía.

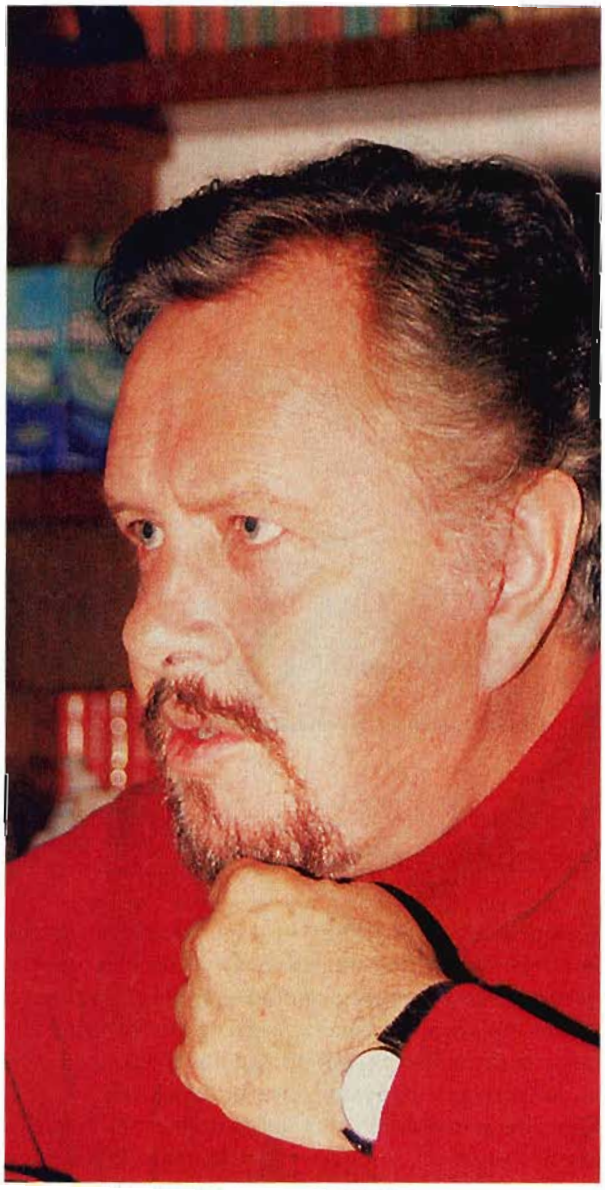
En mi programa de radio trato de comentar asuntos que son injustos, por ejemplo, hace algunas semanas invité a personal de Seguridad Pública del Distrito Federal, y entre otras cosas ellos dijeron que si un conductor daña una barda con su vehículo tiene que pagar por «daños a la Nación», en cambio, si por culpa de un bache se descompone un auto, ¡nadie le paga al propietario!

Otro ejemplo: alguien me llamó para decirme que no pasa el camión de la basura por su calle, mi consejo fue: No espere a que proliferen las ratas y surjan focos infecciosos, si el gobierno no los ayuda, entre todos los vecinos hagan una cooperación y paguen para que una persona recoja la basura.

Tenemos que crear conciencia, la responsabilidad de quienes trabajamos en un medio masivo es ayudar a que despierte la gente.

De veras estoy preocupado y angustiado por lo que sucede en el país, creo que todos debemos poner nuestro grano de arena para que las cosas mejoren y se respete a los consumidores.

Vanessa Prieto



Opiniones, cifras y curiosidades

¿H@ci@ dónde v@ Internet?

Internet, la «red de redes», crece a pasos agigantados y nos sorprende sin cesar. Cada día son más los consumidores que demandan su servicio y mayores las posibilidades informáticas que nos propone.

Frente al asombroso desarrollo de este cibernético medio, entrevistamos a diferentes usuarios de dicho servicio, quienes además son expertos en el tema y abordan desde una óptica comunicacional lo que hoy representa Internet, su verdadera utilidad y sus perspectivas de cara al siguiente milenio.

Manuel Mandujano

Editor de la revista *Infochanel*

Veo a Internet con un crecimiento en ascenso. Después de haberse difundido «de boca en boca», todo mundo busca tener un correo electrónico y desea «navegar». Pero hay que marcar algunas diferencias.

A nivel personal: entre quienes fueron los primeros usuarios se da el fenómeno de la búsqueda con exigencia; ya no «navegan por navegar», sino que van a fuentes directas de información de valor; por ejemplo, «bajan» información sobre las corrientes recientes del pensamiento económico.

En otro ámbito, hacen uso intenso del correo electrónico y participan en grupos de noticias internacionales. Han hecho del inglés su segundo idioma.

A nivel empresarial es necesario subrayar que todas las empresas se han visto impactadas por Internet, iniciando por la posibilidad de «subirse» a la red. Comparto los pronósticos de Select-IDC en el sentido de que ahí se dará la explosión del uso de la www. El primer paso será tener una página y después el comercio electrónico, es decir, la compraventa por medio de Internet. Existe disponibilidad absoluta entre los hombres de empresa, de hecho el *e-commerce* se dará mayoritariamente de empresa a empresa.

Aunque también existe una deficiencia que es necesario señalar: no hay suficientes tecnólogos calificados o desarrolladores de *web site* comerciales, y eso frenará la tendencia. Los actuales son pocos, muy caros y enfocados a los grandes corporativos.

Otra limitante general es que la red es muy sensible, es decir, sufre caídas frecuentes, ya sea por deficiencias de los enlaces telefónicos o por fallas de los sistemas y de los servidores.

Entendida Internet como una red que me comunica fuera de los límites de mi empresa, para mí es imprescindible. Hablando de su valor, se ha convertido en parte de la funcionalidad operativa de la empresa. La empresa y yo padecemos cuando se «cae el sistema». Ya ha permeado en el funcionamiento básico de la empresa; tener la red siempre lista es un asunto crítico para nosotros.

Direcciones curiosas

Cómo se vive y se trabaja en casi 200 países
www.firstpointer.com

•

¿Es usted un nuevo papá y quiere hacer preguntas a expertos o comprar algo para su bebé?
www.babycenter.com

•

¿Quiere limitar el acceso de sus hijos a material inconveniente en Internet?
http://www.solidoak.com/cysitter.htm

•

¿Necesita consejos para superar su adicción al trabajo?
http://wwwl.gospelcom.net/ivpress/title/1164.html

•

¿Va de compras a Estados Unidos? Conozca el directorio de *malls* de ese país
http://retailguide.com

•

¿Está pensando un darse una «manita de gato»?
http://www.cirugiaplastica.org.mx

•

¿Quiere pasar un rato agradable en el D. F. y no sabe a dónde dirigirse?
http://www.nightlife.com.mx

Raúl Trejo Delarbre

Investigador y editor del semanario *Etcétera*

Considero a Internet como un recurso que es aprovechado a medias, todavía de manera muy inicial en la sociedad mexicana.

Aquellos que en nuestro país tenemos el privilegio de contar con una conexión regular a la «red de redes» seguimos siendo una pequeña minoría, todavía no mayor de 400 mil personas. Hay, eso sí, «cuentas muy alegres» por parte de las empresas que venden servicios comerciales en Internet y que quieren presentarla como un mercado al cual acceden muchos más mexicanos de los que en realidad suelen recibir y enviar información por ese medio.

Internet es imprescindible para mí, tanto para mi trabajo periodístico, que se hace día tras día, como para el de carácter académico.

La consulta de materiales diversos gracias a Internet se ha vuelto una facilidad, una tentación e inclusive una dependencia cotidiana.

Sé que casi cualquier información que ahora encuentro en la red la podría obtener por otros medios, pero si lo hago por Internet es más fácil, más rápido y con una variedad más amplia de opciones.

La revista que dirijo, *Etcétera*, tiene una página en Internet que se ha convertido en un proyecto con perfil propio y paralelo a la versión impresa. Mi columna periodística se difunde en la red, ya que algunos de los diarios que la publican tienen sus respectivas páginas electrónicas.

He tenido un proyecto de investigación conjunto con colegas de la Universidad de Brasilia, gracias al intercambio que hace posible el correo electrónico, y he llegado a asesorar una tesis universitaria en Buenos Aires sin conocer a su autora, siempre merced a Internet.

Asimismo, uno de mis proyectos de investigación en el Instituto de Investigaciones Sociales de la UNAM trata sobre la presencia de Internet en América Latina.

Así que vivo con, dependo de y trabajo para Internet todos los días. Lo importante es no olvidar que en el «ciberespacio» no está toda la verdad y

que allí no hay una realidad distinta de la que todos conocemos, sino una colección abundante y poliédrica de espejos de la realidad.

Yolanda Aldaco
Editora en jefe de la revista *RED*

Internet como tal es excelente; la idea de la supercarretera y de la globalización ¡es aún mejor!

El problema que encuentro en México es que no contamos con una infraestructura propia que nos permita aumentar los accesos a esta red, y mucho menos crear contenidos en español.

En comparación con otros países latinoamericanos, podríamos decir que Internet en México presenta un fuerte crecimiento, pero aun así, comparándolo a nivel mundial o con Estados Unidos, es aún limitado.

Por otra parte considero que tanto las universidades como la industria deben crear iniciativas que permitan el crecimiento exponencial de Internet en México, de manera que se convierta en una herramienta de consumo o de uso masivo, como la televisión o la radio, ¿quién no tiene un televisor o un radio?

Definitivamente Internet es una excelente herramienta que me permite realizar mi trabajo de una manera más rápida y con mayor investigación. Es gratificante saber o tener la confianza de que a través de Internet en sólo unos momentos puedo acceder a información de cualquier parte del mundo y sobre cualquier tema. Además es de mucha utilidad contar con un correo electrónico que te permite estar comunicado con un sinfín de gente de cualquier lugar del mundo y a cualquier hora y, sobre todo, a un bajo costo.

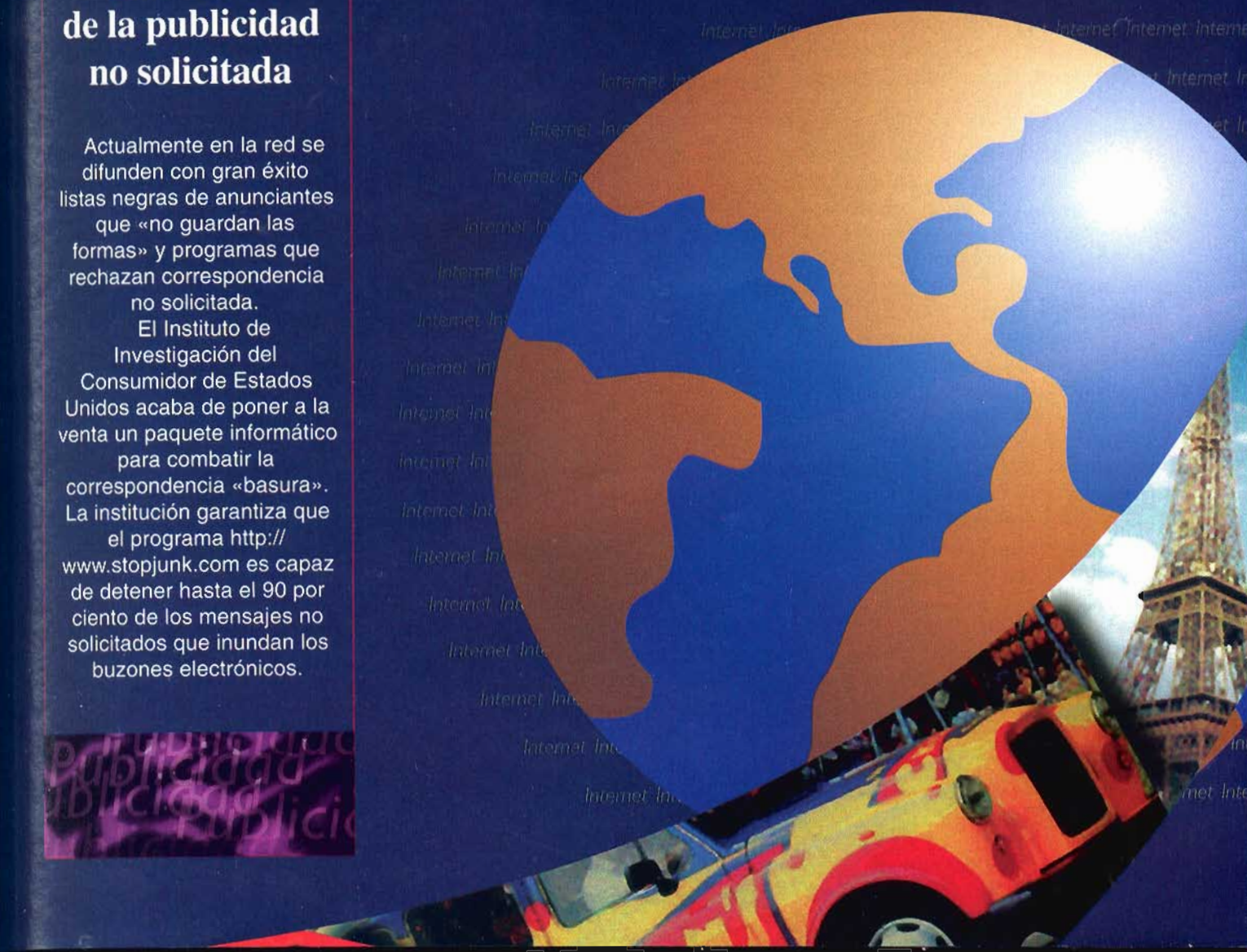
A nivel empresarial creo que Internet ha tenido un importantísimo papel, ya que ha permitido a la industria intercambiar información y ahorrarse grandes cantidades de dinero en largas distancias.

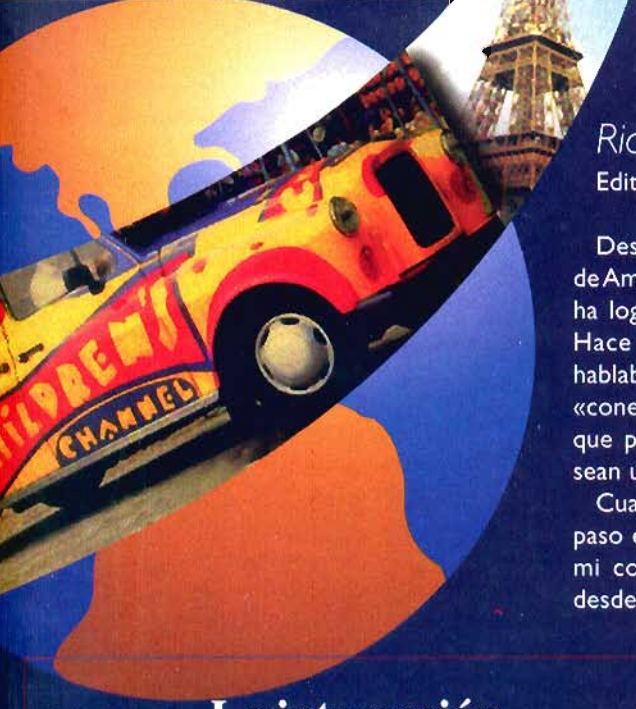
Para quienes nos dedicamos a la investigación es de mucha utilidad contar con Internet, pues en un abrir y cerrar de ojos tenemos grandes cantidades de información; lo importante debe ser seleccionarla e identificar qué es lo que sirve.

En contra de la publicidad no solicitada

Actualmente en la red se difunden con gran éxito listas negras de anunciantes que «no guardan las formas» y programas que rechazan correspondencia no solicitada.

El Instituto de Investigación del Consumidor de Estados Unidos acaba de poner a la venta un paquete informático para combatir la correspondencia «basura». La institución garantiza que el programa http://www.stopjunk.com es capaz de detener hasta el 90 por ciento de los mensajes no solicitados que inundan los buzones electrónicos.





La interacción en Internet

¿Qué son los newsgroups?

Los grupos de noticias son foros de debate en los que las personas comparten aficiones o intereses comunes. En estos grupos el usuario puede formular alguna pregunta o hacer un comentario, y si alguien le responde lo hace públicamente, esto significa que se puede participar o leer las respuestas disponibles.

¿Qué es talk?

Es una utilidad que permite la comunicación interactiva en «tiempo real» entre dos usuarios, de manera que lo que escribe uno aparece en la pantalla del otro y viceversa.

¿Qué es IRC?

El *Internet Relay Chat* es lo más parecido al concepto *party-line* en la red. Al «conectarse» el usuario a un servidor IRC usando un *software* específico, puede elegir entre numerosos «canales» con distintos temas de conversación, o bien, crear uno propio. Una vez que se logra el acceso, es posible dialogar, en público o privado, con todos los participantes de dicho canal.

¿Quiénes son los hackers?

Son aficionados a la computación que poseen amplios conocimientos técnicos y una marcada obsesión por romper fronteras en el ciberespacio, por lo que constantemente buscan formas de tener acceso a información confidencial o alterar la ya existente.

Ricardo Castro

Editor de la revista *PC World*

Después de Brasil, México es el país de América Latina que mayor desarrollo ha logrado en el terreno de Internet. Hace un poco más de dos años se hablaba de 400 mil usuarios mexicanos «conectados», sin embargo se espera que para 1999 los usuarios de la red sean un millón.

Cuando inicio un nuevo día, mi primer paso es conectarme a Internet, revisar mi correo electrónico y clasificarlo, desde los mensajes urgentes hasta los meramente informativos, que no exigen una respuesta de mi parte.

En primera instancia contesto los mensajes de trabajo; dejo para más adelante los mensajes no urgentes de trabajo y los de mis amigos. Realizo una revisión general a las principales noticias, y si hay tiempo le «echo un vistazo» a los pronósticos del clima.

Después me «conecto» a Internet intermitentemente durante el día para buscar información sobre diferentes temas y empresas que mi ejercicio profesional requiere.

Por ejemplo, en ocasiones debo escribir una editorial sobre algún tema que no domino en su totalidad, y entonces me «conecto» a la red para buscar elementos que me ayuden a desarrollar el tema con mayor amplitud.

Por otra parte, a diario recibo en mi correo electrónico alrededor de 30 comunicados de prensa que me facilitan el trabajo. Si requiero alguna imagen que refuerce el mensaje de mi nota informativa, le solicito a la empresa que me mandó el boletín de prensa que me envíe una foto digitalizada por correo. Hacer eso de otra manera implicaría mucho más tiempo y dinero.

Ramón Santoyo

Presidente del Consejo de Internet de México

En este momento Internet se encuentra en un periodo de expansión y crecimiento en México; aunque todavía no existe toda la información que debería, especialmente sobre nuestro país.

Actualmente el mercado está creciendo fácilmente al 100 por ciento anual, ya que la gente se está dando cuenta de que puede encontrar todo lo que busca; una limitante es que por lo general la información está en inglés y no todos los que entran a la red dominan ese idioma.

Para los próximos años estoy seguro de que el número de usuarios aumentará porque cada vez se venden más computadoras; estimo que para el año 2000 el número de personas conectadas a la red fluctuará entre un millón y millón y medio, ¡y continuará en expansión!

Una vez que se estabilice la economía, el panorama para Internet mejorará mucho más, ya que es una herramienta muy útil tanto en el hogar como en el trabajo.

Las personas ya saben lo fácil que es «navegar». En México hace unos cinco años los que se «conectaban» a la red eran considerados como «nerds»; actualmente ya lo hacen personas que no tienen nada que ver con la tecnología, son usuarios de la red que únicamente tienen que mover el *mouse* y seguir las instrucciones.

Otro factor que influirá para que aumente el número de usuarios es que la mayoría de estudiantes universitarios tienen Internet; conforme egresen de las escuelas irán adquiriendo sus cuentas personales.

Internet es útil para todos los ámbitos y creo que cada vez es más necesario. Ahora es común que la gente mande un correo electrónico en lugar de un fax porque es más privado, más rápido y más barato.

Hasta el momento no he sabido de nadie que diga «A mí no me sirve Internet»; a unos les acomoda más y a

otros menos, pero a todos les es de utilidad.

Ahora bien, Internet es la base de información más amplia y más accesible a nivel mundial y puedo afirmar que el que no se «conecta», se va aislando.

Definitivamente creo que hay información en Internet que no está en ningún otro medio y una de sus ventajas es que podemos consultarla en el momento o «tiempo real». Por ejemplo, se pueden leer periódicos de cualquier parte del mundo el mismo día en que se publican, lo cual es prácticamente imposible sin Internet.

Agustín Rodríguez Trejo
Editor de la sección de computación de *Excélsior*

En México, la llamada «red de redes» ha logrado penetrar en diferentes ámbitos. Quizá en su inicio la comunidad universitaria y ciertos grupos de analistas e investigadores fueron los primeros promotores de Internet; incluso el «entretenimiento» -los juegos a través de la red- influyó de un modo decisivo para penetrar en un sector bautizado como el de «consumidores del hogar». En términos generales, ésa es la primera etapa o el arranque de Internet.

Sin embargo, hoy la red experimenta un proceso muy importante de madurez, sobre todo porque ya logró penetrar en circuitos productivos muy importantes para la economía mexicana.

Hasta hace poco, los vendedores de conexiones a Internet argumentaban, como principal estrategia de mercadotecnia, que las empresas pequeñas y medianas podían -mediante la creación de una página *web*, es decir, una página electrónica en Internet- dar a conocer sus productos o servicios y ganar clientes, no sólo nacionales sino extranjeros. ¿Por qué? Porque el «ciberespacio» no respeta fronteras burocráticas y tiene presencia en prácticamente todos los países, sobre todo en los mercados de elevado consumo, como Estados Unidos.

Ese argumento está muy «manoseado», pero en términos estrictos tiene validez. Sin embargo, en México Internet ha logrado avanzar más allá de esa mercadotecnia primaria. Las empresas están incorporando la red a su línea de producción y, obviamente, de competitividad.

También es cierto que, en algunos casos, sirve para mostrar productos y vender. Se trata de una especie de «tiendas virtuales». Sin embargo, las empresas ya tienen redes llamadas Intranet y Extranet. Con ese tipo de infraestructura tecnológica las empresas pueden manejar a sus proveedores y agilizar su producción. Incluso realizan operaciones relativas a nóminas y esquemas administrativos.

Existen otros sectores que darán un fuerte empujón a Internet; los bancos e instituciones de crédito, por ejemplo, ya empezaron a ofrecer operaciones financieras a través de la red. Este frente está en su etapa de arranque, pero tiene uno de los mayores potenciales de expansión.

Esta perspectiva se debe a que Internet ofrece una gran oportunidad para derrumbar los costos operativos de instituciones financieras, pero además a que los clientes de la banca pueden utilizar servicios financieros sin tener que ir a las sucursales bancarias.

En el sector comercial, las grandes cadenas ya tienen proyectos para lanzar una ofensiva de comercio electrónico.

Para algunos analistas, el sector de Internet «no se va a enterar de la actual crisis o desaceleración económica de México». Se dice, por ejemplo, que en este año el número de «conectados» a la red de redes llegará a un millón y que dentro de cinco años habrá más de 6 millones.

Internet en *palmtops* y teléfonos

Las PC's miniportátiles -también llamadas *palmtops* o asistentes digitales personales-, a pesar de existir desde hace casi una década, no tuvieron el éxito que sus fabricantes esperaban debido a su minúscula pantalla y su teclado casi imposible de utilizar.

Con el auge de Internet, las *palmtops* empiezan a considerarse una opción para los viajeros frecuentes, quienes ya consideran a una *laptop* como una computadora demasiado pesada.

Debido a lo anterior, los fabricantes están ajustando estas PC's miniportátiles para que satisfagan las necesidades de los futuros clientes; entre las adecuaciones resaltan: pantallas a color, teclados más grandes y útiles -del tamaño de una chequera gruesa-, programas para procesamiento de datos, módem interno y aplicaciones para la administración de información personal.

Por otra parte, desde finales de 1998 salió al mercado otra novedad tecnológica asociada a Internet: sencillos teléfonos de sobremesa con una pantalla que permite acceder a la red con sólo marcar el número correspondiente.

Estos teléfonos están diseñados para tener acceso a todas las opciones de Internet, ya que incluyen un teclado con el cual se pueden recibir y enviar correos electrónicos, «navegar» en la red, así como participar en los grupos de noticias y discusión.

Vanessa Prieto

Para buscadores de cámaras digitales

Los avances tecnológicos han permitido el surgimiento de nuevos equipos fotográficos, entre los que destacan las cámaras digitales, las cuales están cada vez más al alcance de los consumidores debido a que su precio ha disminuido, al tiempo que la calidad de las imágenes y las características de dichos aparatos han mejorado.

De acuerdo con estadísticas de la Asociación Norteamericana de Imágenes Digitales -Digital Imaging Marketing Association (DIMA)-, durante 1997 se vendieron un total de 800 mil cámaras digitales en todo el mundo y se espera que para el año 2000 se comercialicen 2 millones de equipos más, lo que representaría un crecimiento del ***¡150 por ciento en tan sólo dos años!***

Alta tecnología

Para obtener el mayor provecho de una cámara digital, a continuación le damos a conocer algunas de sus principales características:

☛ **Las cámaras digitales** funcionan bajo los principios básicos de una cámara fotográfica convencional, sin embargo existe una diferencia fundamental: las primeras **capturan imágenes fijas a través de un medio electrónico**, representado como un archivo de información que es leído como una serie de impulsos eléctricos basados en un sistema binario -ceros y unos-, como el que usan las computadoras.

☛ Los equipos digitales **no utilizan rollo fotográfico**: cuentan con un sensor de imagen -localizado detrás del objetivo- sensible a la luz, que capta variaciones, imágenes, colores y texturas.

☛ **Tienen una pantalla de cristal líquido** que permite ver simultáneamente la toma fotográfica y la imagen que se va a retratar.

☛ Algunos equipos ofrecen la posibilidad de ver al mismo tiempo varias imágenes guardadas en la memoria de la cámara.

☛ La información almacenada en la cámara se puede **reproducir en copias las veces que se quiera**.

☛ Algunos modelos de cámaras digitales incluyen un **cable de video para conectar a la televisión**; además **las imágenes se pueden grabar en un videocasete**.

☛ Las imágenes digitales están compuestas por un determinado número de pixeles, lo que permite copiarlas fielmente.

Cómo almacenar imágenes

Las imágenes digitales **deben guardarse en la memoria fija o removible de la cámara**.

Algunas fotografías son muy grandes y ocupan mucha memoria en la computadora o en la cámara digital. En estos casos es necesario **comprimir las imágenes**; el número de fotos que se puede almacenar está determinado por la cantidad de megabytes; una desventaja es que si al momento de comprimir se pierde información, ésta no se puede recuperar.

Los formatos de compresión más comunes son: para imágenes fijas, JPEG, GIF, BMP y TIFF; y para imágenes en movimiento, AVI y MPEG.

Cabe señalar que cada fabricante o programador determina la compresión de su equipo, de ahí que no existan dos cámaras que empleen la misma compresión ni programas que utilicen la misma fórmula para la reconstrucción de imágenes.

Las tarjetas de almacenamiento que se utilizan para guardar las imágenes digitales -lo que equivale a los rollos de película fotográfica- **son removibles**; éstas pueden ser fácilmente insertadas en la cámara y una vez llenas, vaciarse en la PC o ser reemplazadas por una nueva. Al igual que los cartuchos fotográficos, las tarjetas almacenan diferente número de imágenes, por eso hay diversos tamaños.

Existen tres tipos de tarjetas para usarse en una computadora personal (PC): **I, II y III**, y de *flash* compacto. Las dos primeras son muy parecidas, mientras que la tercera es el doble de gruesa debido a que ofrece mayor capacidad para almacenar la información.

Las tarjetas de *flash* compacto son más pequeñas y más durables que las anteriores; se pueden utilizar en una cámara con adaptador. Cada modelo de cámara está diseñado para trabajar con un determinado tipo de tarjeta de almacenamiento, y vale la pena aclarar que **a mayor capacidad para almacenar imágenes, más costosa será la tarjeta**.

☛ **Al digitalizar las imágenes**, usted **tiene la posibilidad de manipularlas, conservarlas** durante un tiempo indeterminado **y reproducirlas sin errores y rápidamente**.

☛ Algunos equipos digitales cuentan con foco fijo, es decir, la cámara está preenfocada de fábrica; sin embargo dichas imágenes no son de gran calidad.

☛ La mayoría de las cámaras digitales que hoy se comercializa en el mercado cuenta con dispositivos y accesorios tan útiles como *flash* integrado, *autofocus*, *zoom* y dispositivo para evitar ojos rojos, entre otros.

Otras ventajas

☛ Una cámara digital **puede capturar un considerable número de imágenes**.

☛ Algunos equipos graban imágenes panorámicas; a las tomas fotográficas estáticas se les puede dar movimiento, utilizando programas de cómputo especializados.

☛ Las imágenes digitales **pueden ser utilizadas al navegar en Internet**, o bien, sirven para **enviar información por correo electrónico**, para la **elaboración de catálogos en disco compacto o disquete, reportar eventos** en otras localidades, **imprimir reportes con imágenes** que requieran ser incorporadas a documentos, y **elaborar bases de información** que deban ser compartidas por los usuarios de una red, entre otras aplicaciones.

☛ **A través de Internet, las imágenes se pueden enviar a cualquier parte del mundo**, instantes después de que la fotografía ha sido tomada.

☛ Su pantalla de cristal líquido le permite observar la imagen de lo que desea retratar; si ésta no es lo que espera, puede repetirla inmediatamente y borrar la toma anterior.

☛ Las imágenes digitales pueden ser manipuladas de tal manera que se corrijan algunos defectos, por ejemplo, cambiar colores, el fondo o hacer fotomontajes.

☛ Las imágenes se pueden conservar por tiempo indefinido.

☛ **Las tarjetas** en las que se almacena la información **pueden llenarse y vaciarse un sinnúmero de veces**.

☛ Las cámaras generalmente **son ligeras y pequeñas**.

☛ **Funcionan con baterías**.

Qué le ofrece el mercado

A continuación le presentamos algunos de los modelos de equipos digitales que podrá encontrar en el mercado, así como sus principales características y precios promedio (*).

Casio QV-5000sx: CCD de un millón 310 mil pixeles; pantalla de cristal líquido de 122,100 pixeles; *autofocus* y *flash* incorporado; grabado de panorama; grabado de película en movimiento; *zoom* digital de 4X; reducción de ojos rojos; almacena hasta 88 imágenes. Su precio aproximado es de $ 7,000.00.

Casio QV-770: pantalla de alta resolución de 122,100 pixeles; transferencia de imágenes sin cable vía rayos infrarrojos; 0.7 segundos de tiempo de grabación, 0.4 segundos de tiempo de reproducción; función *past* y *future* para grabar tomas antes y después de disparar; lente giratorio de 270 grados; *flash* incorporado; almacena hasta 120 imágenes. Su precio aproximado es de $ 5,000.00.

Olympus D-340L: puede almacenar de 9 a 60 imágenes en 4 MB, cuenta con la mayor resolución entre las cámaras de su clase, CCD progresivo de 1280 por 960 pixeles, memoria en tarjeta removible tipo Smart Media de 4 MB, *flash* multifuncional, incluye reducción de ojos rojos automático, relleno y contraluz. Su precio promedio es de $ 13,000.00

Olympus D-320L/1024X768: pantalla luminosa que permite ver de manera simultánea hasta nueve imágenes almacenadas, ya sea para borrarlas, seleccionarlas o protegerlas. Este equipo digital cuenta con *flash* electrónico automático; dispositivo para reducción de ojos rojos; 810,000 pixeles; colores de 24 bits; conexión directa a la televisión. Su precio promedio es de $ 12,500.00.

Olympus D-600L/1280X1024: pantalla luminosa que permite ver simultáneamente hasta nueve imágenes almacenadas; lente *zoom autofocus*, medición de luz exacta, resolución de 1,280 por un millón 400 mil pixeles, conexión de alta velocidad a impresora, utilización de tarjeta Smart Media de 4 MB y 8 MB, almacena hasta 49 imágenes. Su precio promedio es de $ 20,000.00.

(*) Precios promedio investigados durante enero de 1999, sólo como una referencia para el consumidor.

¿Y sus desventajas?

☛ **Requiere de un equipo de cómputo** y, en caso de que desee manipular las imágenes, del ***software* específico**, con el fin de obtener el máximo provecho; lo anterior implica un gasto considerable. También necesita de una impresora si desea imprimir sus imágenes.

☛ La impresión de una imagen digital en un equipo de inyección de tinta no tiene la calidad de una fotografía.

☛ El precio del equipo y los accesorios digitales es más alto que el de las cámaras convencionales.

Recomendaciones de compra

☛ Es importante considerar **cuál será el uso que le dará a la cámara**: organizar una campaña publicitaria, elaborar un catálogo o un informe anual, tomar fotos para el álbum familiar, etcétera, pues de ello depende la conveniencia de adquirir un equipo digital y las características del mismo.

☛ Es fundamental **considerar si usted cuenta con un equipo de cómputo**, ya que de otra manera no podrá obtener mayores beneficios de la cámara digital.

☛ De acuerdo con sus necesidades, infórmese **cuál es la cantidad mínima y máxima de fotografías que captura el equipo** (pueden ser desde 8 hasta 144) y la compresión a la cual serán archivadas.

Glosario

Balance de blancos: capacidad que ofrece una cámara digital para corregir el color y el tinte de una imagen, de acuerdo con el tipo de iluminación. La calidad del color blanco varía según la luz que se use, por ejemplo, luz de día o artificial.

Bit: dígito binario que representa la unidad fundamental de información digital. En las imágenes digitales, a mayor número de bits, mayor fidelidad de reproducción de los colores y detalles de la imagen.

Cámaras digitales en línea: equipos que no cuentan con su propio medio de almacenaje de información, por lo cual requieren de una computadora; también se les denomina «cámaras de videoconferencia».

Cámaras digitales fuera de línea: cuentan con su propio medio de almacenaje de información; se conocen como cámaras de «toma de imágenes».

CCD (*Charged Coupled Device*): sensor de imágenes que separa el espectro de los colores en rojo, verde y azul para su proceso digital en una cámara.

Compresión de datos: se refiere a la reducción de los datos almacenados en un archivo.

Escáner de negativos: dispositivo electrónico que se emplea para convertir negativos y diapositivas en imágenes digitales.

Flash card: tarjeta de memoria tipo PCMCIA; hay desde 2 hasta 64 MB.

Formato de archivo: manera en la que se guardan los archivos; el más común es el JPEG, debido a su amplio uso en Internet.

LCD (*Liquid Cristal Display*): pantalla plana de cristal líquido que la mayor parte de las cámaras digitales tiene en su parte trasera para visualizar las fotos en color o en blanco y negro.

Mejoramiento de imagen: permite modificar una imagen digital para corregir los errores.

Memoria: medio en el que la cámara digital guarda la información relativa a las imágenes.

Pixel (*Picture element* o Elemento de imagen): puntos que definen las imágenes en el monitor de la computadora o en el sensor de imágenes de una cámara digital. A mayor número de pixeles, mejor definición de la imagen.

Rango dinámico: capacidad del CCD de una cámara digital para capturar un rango de luces y sombras.

☛ Tome en cuenta que **la resolución y el tamaño de la memoria aumenta el precio** de las cámaras digitales.

☛ La calidad de la lente es primordial, porque determina la calidad de la imagen; **una lente de cristal le ofrece mayor nitidez que una de plástico**.

☛ Evite adquirir su equipo fotográfico en el comercio informal, pues tal vez lo encuentre a precio bajo, pero no tendrá la certeza de que es nuevo. **De preferencia acuda a las tiendas especializadas** y pregunte por las ofertas, qué garantías le ofrecen, la disponibilidad de los centros de servicio y las refacciones en caso de descompostura.

☛ Antes de adquirir cualquier cámara digital infórmese de todas sus características, así como de su funcionamiento. En cualquier caso exprésele todas sus dudas al vendedor. ¡Buena compra!

Lorena M. Romo

Fuentes: -Entrevista con el ingeniero Guillermo Grinberg, director general de Vanta, S.A. de C.V.; y con Juan Guzmán, ejecutivo de ventas digital de Turicio.
-Revista PC Magazine.
-Sondeo de mercado.

Dónde obtener imágenes digitales

Éstas son sólo algunas direcciones de Internet donde encontrará bancos de imágenes que pudieran ser de su interés:

Colección Frick (www.frick.org/htm/index.htm): aquí podrá conocer una de las colecciones de arte más importantes de Nueva York.

The Lightbox (www.netlink.com.uk/users/lightbox): galería de la Gran Bretaña en la que se exponen los trabajos de 20 importantes fotógrafos del mundo.

John P. A. Carter (www.users.globalnet.co.uk/~jpac): fotógrafo inglés que presenta una galería con temas de agricultura, fondos, paisajes, gente y viajes.

Sobre fotografía (www.arrakis.es/~adc): incluye tres galerías y diversos artículos relacionados con la fotografía.

Casa de George Eastman (www.eastman.org/menu.html): es la página *web* del Museo Internacional de Fotografía y Películas de George Eastman, fundador de Kodak.

¡Para cuidar tu gasto!

El mejor camino es comparar

Consulta nuestras listas de
precios en la publicación semanal

Quién es Quién

EN LOS PRECIOS

Búscala en tu delegación
PROFECO más cercana

Además encontrarás
deliciosas y económicas recetas, así
como consejos prácticos para elaborar
en casa conservas, productos de aseo,
embutidos y otros más.

Cada semana en tu puesto de periódicos

$2.00 ejemplar

Platillo Sabio

Pescados y Mariscos

Platillo Sabio

Verduras y Leguminosas

Tlacoyos Capeados en Salsa de Jitomate

(6 porciones)

Ingredientes

- 600 g de masa de maíz
- 1 1/2 tazas de frijoles cocidos y machacados
- 120 g de queso rallado
- 3 huevos
- 1 cucharada de harina
- 3/4 de taza de puré de jitomate
- 1 cebolla chica (1/2 pieza picada y 1/2 pieza rebanada)
- 1 diente de ajo (picado finamente)
- 1 rama de epazote
- aceite
- sal y pimienta al gusto

Preparación:

1. La masa se mezcla con una cucharada de agua y sal hasta lograr una consistencia suave. Se forman tortillas ovaladas y en el centro se les coloca una cucharada grande de frijol y un poquito de queso.
2. Posteriormente, para hacer los tlacoyos, las tortillas se cierran hacia el centro, aplanándolas ligeramente. Se cuecen por ambos lados sobre un comal caliente.
3. Las claras se baten a punto turrón, se les agregan las yemas y se revuelve la mezcla en forma envolvente. Los tlacoyos se capean y se fríen en el aceite bien caliente. Se escurren sobre papel absorbente.
4. Aparte se sofríen la cebolla y el ajo, se les agrega el puré de jitomate y el agua necesaria para hacer un caldillo. Se salpimienta, se le añade el epazote, y se deja hervir hasta que el caldillo esté bien sazonado.
5. Unos minutos antes de servir los tlacoyos se ponen en el caldillo; se sirven adornados con cebolla rebanada y queso.

Tacos de Soya al Pibil

(6 porciones)

Ingredientes

- 2 tazas de soya texturizada en seco (sabor natural, cerdo o pollo)
- 1/2 cebolla finamente picada
- 2 dientes de ajo finamente picados
- 1 taza de puré de jitomate
- 1/2 taza de jugo de naranja
- 3 cucharadas de vinagre
- 1 paquete de achiote
- 1 hoja de laurel
- 1 cebolla morada rebanada
- 1/4 de taza de jugo de limón
- 1 pizca de orégano
- tomillo, mejorana, pimienta y sal al gusto
- aceite para freír
- tortillas

Preparación:

1. Se remoja la soya en cuatro tazas de agua caliente con el laurel durante 30 minutos; se escurre y se exprime.
2. Se sofríen la cebolla y el ajo, se añade la soya desmenuzada y se sazona con tomillo, mejorana, sal y pimienta. Se cocina hasta que la soya se dore de manera uniforme.
3. Se licuan el puré de jitomate con el jugo de naranja, dos cucharadas de vinagre y el achiote (si es necesario, se vierte un poco de agua).
4. Se agrega el achiote preparado sobre la soya y se cocina hasta que esté sazonada.
5. Se mezcla el jugo de limón con el vinagre restante y el orégano, se añade la cebolla morada para desflemarla. Se sirven los tacos con cebolla morada.

Hamburguesas de Lenteja

(6 porciones)

Ingredientes

- 2 tazas de lentejas
- 1 papa grande cocida
- 1/2 taza de pan molido (puede usar más si es necesario)
- 2 cucharadas de perejil picado
- 5 cucharadas de germen de trigo (opcional)
- 2 dientes de ajo
- 1 cebolla chica finamente picada
- 3 huevos
- 1/2 taza de aceite
- pimienta, comino y sal al gusto

Preparación:

1. Las lentejas se cuecen junto con los ajos picados y la sal necesaria.
2. Cuando las lentejas estén blandas se cuelan y se trituran, sazonándolas con la pimienta y los cominos.
3. A continuación se agrega la papa en trocitos y el germen de trigo; todo se machaca y se revuelve bien.
4. Luego se añaden la cebolla picada, el perejil y el huevo batido. Esta mezcla se pone a fuego medio revolviendo constantemente hasta integrarla. Se retira del fuego y se forman las hamburguesas.
5. Aparte se baten los huevos restantes, se baña cada hamburguesa y se empaniza.
6. Se doran por ambos lados en el aceite caliente, se escurren y se colocan sobre un papel absorbente.

Albóndigas de Pescado

(6 porciones)

Ingredientes

- 1/2 kg de pescado en trozos (berrugata, lisa, carpa, cojinuda, verdillo o angelito)
- 1/2 taza de pan molido
- 1/2 taza de harina
- 1 huevo
- 3/4 de taza de puré de jitomate
- 2 dientes de ajo picados
- 1 trozo de cebolla finamente picada
- sal y hierbas de olor al gusto
- chiles chipotles al gusto (opcional)

Preparación:

1. El pescado se limpia y se enjuaga; posteriormente se cuece en agua hirviendo con un trozo de cebolla, sal y hierbas de olor durante cinco minutos (cuidar que el agua cubra el pescado). Una vez que el pescado quede cocido, se deja enfriar y se desmenuza con todo y piel, eliminando cuidadosamente las espinas.
2. En una cacerola se mezcla el pescado con pan molido, harina, huevo y sal al gusto, se integran bien los ingredientes y con las manos perfectamente limpias se toman porciones formando bolitas de tamaño regular.
3. Los ajos y la cebolla se fríen, se les vierte encima el puré de jitomate, el chile chipotle y sal al gusto, dejando sazonar a fuego medio hasta que hierva.
4. Se agregan las albóndigas al caldillo y un poco de agua (según la consistencia que le agrade). Se dejan al fuego hasta que queden cocidas.

alamares en escgurt con fruta

Rendimiento: 750 g

Tiempo de preparación: 2

Procedimiento:

1. Para limpiar los calamares
   retira la piel -que es una
   quitar. Después se detien
   por la cola y se separa el c
   go se le extrae la bolsa d
   para no romperla (se enc
   Se presiona con los dedos
   cartílago delgado que se er
   mar como un calcetín y se
   de agua, quitándole los int
2. En la cacerola de dos litr
   litros de agua, y cuando su
   den los calamares y se deja
   Posteriormente se escurr

ndimiento: 1 litro

empo de preparación: 9 horas

rocedimiento:

Se coloca el botecito de yogurt cerca del piloto de la estufa hasta que esté tibio.
Se hierve el litro de leche en la cacerola de peltre y se deja enfriar hasta la temperatura que soporte el dorso de la mano.
Se vierte la leche al recipiente de dos litros.
Aparte se deshuesan los duraznos -se reserva uno, el cual se parte en trozos pequeños- y se licuan con el azúcar y un poco de la leche tibia.
Posteriormente se pasan por el colador de orificio regular para eliminar la mayor cantidad posible del bagazo de la fruta.
La mezcla anterior y el durazno en trozos se le añaden a la leche tibia, mezclando muy bien para que adquiera una consistencia homogénea.

Calamares en escabeche

Ingredientes

- 1/2 kg de calamares pequeños
- 1 taza de vinagre blanco
- 1 taza de agua hervida o clorada
- 3 cebollas de cambray o 1/2 cebolla grande rebanada
- 1 calabaza mediana*
- 1 zanahoria mediana*
- 1/4 de coliflor mediana*
- 1 cucharadita de sal
- pimienta negra, laurel, tomillo, mejorana y chile al gusto.

*La verdura debe estar lavada con agua y jabón, desinfectada, sin cáscara y picada o rebanada al gusto.

Rendimiento: 750 g

Tiempo de preparación: 2 horas

Procedimiento:

1. Para limpiar los calamares se ponen sobre la tabla, se les retira la piel -que es una capa muy delgada y fácil de quitar. Después se detiene cada calamar firmemente por la cola y se separa el cuerpo de los tentáculos. Luego se le extrae la bolsa de tinta, con mucho cuidado para no romperla (se encuentra entre los tentáculos). Se presiona con los dedos y también se saca el hueso o cartílago delgado que se encuentra ahí. Se voltea el calamar como un calcetín y se lava muy bien bajo el chorro de agua, quitándole los intestinos.
2. En la cacerola de dos litros se ponen a hervir 1 1/2 litros de agua, y cuando suelte el primer hervor se añaden los calamares y se dejan cocer durante 30 minutos. Posteriormente se escurren.

Cera para al

Rendimiento: 200 g

Tiempo de preparación: 9 ho

Procedimiento:

1. Se tritura la cera de carnauba en
   puede introducirla en una bolsa
   martillo sobre el piso) hasta obt
2. Posteriormente se cuela y se va
3. Enseguida se vierte la cera amar
4. En la cacerola de dos litros se pc
   acelerar el proceso se tapa la ca
5. Cuando el agua suelte el hervo
   María hasta que se derritan tot
   retira del fuego y se coloca en u
   taza de aguarrás (esto último es
   cia inflamable), poco a poco, cor
   de la lata.
6. Posteriormente se tapa la cacer
   alto durante un minuto. Si la cace
   te dos minutos a fuego lento.
7. Con un batidor se agita la mezcl
8. Se retira la lata de la cacerola y s
   aire libre durante tres horas. Pa

Mermelada frutas dulces

ndimiento: 1 kg

empo de preparación: 1 hora 45 minutos

rocedimiento:

La fruta se lava con agua y jabón, se enjuaga perfectamente y se deja escurrir.
Con un cuchillo se corta de la siguiente manera:
-La fresa y la frambuesa se parten a la mitad.
-La pera, durazno, chabacano, manzana, ciruela y uva se parten en cuadros, separando los corazones.
-El higo y la piña se cortan en cuadros.
-La tuna se pela y se corta en cuadros.
Los corazones y las cáscaras de la fruta se colocan en la olla de medio litro con suficiente agua. Se pone a calentar a fuego alto, cuando suelte el primer hervor se baja la flama y se dejan hervir diez minutos más.
Transcurrido ese lapso se cuela la preparación anterior y el líquido se reserva, pues contiene la pectina de la fruta.
En un vaso de vidrio se coloca 1/4 de taza de agua hervida o clorada, y ahí se vierte la cantidad de grenetina señalada en la lista de ingredientes para que se hidrate perfectamente.

Cera para autos

Ingredientes

- 3 1/2 cucharadas soperas de cera de carnauba (equivale a 20 g)*
- 1/3 de taza de cera amarilla (equivale a 40 g)*
- 1 cucharada cafetera de aceite mineral*
- 1 taza de aguarrás (se adquiere en tlapalerías)

*Se adquiere en farmacias grandes.

Rendimiento: 200 g

Tiempo de preparación: 9 horas

Procedimiento:

1. Se tritura la cera de carnauba en el molcajete (si no cuenta con uno, puede introducirla en una bolsa de plástico gruesa y golpearla con un martillo sobre el piso) hasta obtener un polvo fino.
2. Posteriormente se cuela y se vacía en la lata.
3. Enseguida se vierte la cera amarilla.
4. En la cacerola de dos litros se ponen a hervir dos tazas de agua (para acelerar el proceso se tapa la cacerola).
5. Cuando el agua suelte el hervor, la lata se pone a calentar a baño María hasta que se derritan totalmente ambas ceras. Enseguida se retira del fuego y se coloca en un lugar seguro, para poder agregar la taza de aguarrás (esto último es muy importante pues es una sustancia inflamable), poco a poco, con cuidado para no derramarlo fuera de la lata.
6. Posteriormente se tapa la cacerola y se coloca en la estufa a fuego alto durante un minuto. Si la cacerola no tiene tapa se calienta durante dos minutos a fuego lento.
7. Con un batidor se agita la mezcla líquida durante diez segundos.
8. Se retira la lata de la cacerola y se deja enfriar en un lugar seguro al aire libre durante tres horas. Pasado ese lapso se incorpora suave-

Educación para el consumo

PROFECO

Utensilios

- 2 cacerolas de peltre o de acero inoxidable con capacidad de 2 litros
- Cacerola de peltre o de acero inoxidable con capacidad de 1 litro
- Tabla para picar
- Cuchillo de acero inoxidable
- Frasco con capacidad de 1 litro
- Etiqueta adhesiva

3. Aparte, en la cacerola de un litro se pone a calentar 1/2 litro de agua, y cuando comience a hervir se le agregan las verduras picadas y/o rebanadas y se cuecen durante tres minutos; se retiran del fuego, se escurren e inmediatamente se sumergen en agua fría. Después se sacan y se van introduciendo a los frascos junto con los calamares, procurando que no queden muy apretados.
4. Para hacer el escabeche se vacía el vinagre blanco, el agua, la sal y las especias en la cacerola y se ponen al fuego hasta que hiervan.

Envasado y conservación

El escabeche caliente se vierte en los frascos, previamente llenos con las verduras y los calamares, cuidando que quede un centímetro entre la boca del frasco y el líquido, se tapa el frasco sin apretarlo demasiado (al llegue) y se esteriliza sumergiéndolo en agua hirviendo durante 20 minutos.

Pasado ese lapso se saca el frasco, se cierra perfectamente y se deja enfriar a temperatura ambiente. Una vez que esté frío, se seca; no olvide colocarle una etiqueta con el nombre del producto, la fecha de elaboración y la de caducidad. La duración de este producto, sin abrirlo, es de tres meses; una vez abierto debe conservarse en refrigeración y consumirse en un periodo no mayor de un mes.

Educación para el consumo

PROFECO

7. La leche en polvo se disuelve, sin dejar de mover, en el yogurt, agregando un poco de la leche tibia.
8. Enseguida se vierte en la leche tibia, sin dejar de agitar, y se tapa perfectamente el recipiente para evitar que le entre aire. Se coloca cerca del piloto de la estufa durante ocho horas.
9. Transcurrido este tiempo se agita ligeramente para homogeneizar la consistencia del yogurt.

Utensilios

- Cacerola de peltre con capacidad de 2 litros
- Recipiente con capacidad de 2 litros
- Cuchara de acero inoxidable
- Colador de orificio regular
- Etiqueta adhesiva
- Licuadora
- Cuchillo
- Colador chico

Caducidad

El yogurt elaborado mediante esta tecnología tiene una duración aproximada de siete días.

Recomendaciones

- Para lograr una consistencia más espesa del yogurt, se deja el recipiente que lo contiene en el piloto por una hora más.
- Puede sustituir el durazno por manzana, pera, fresa, kiwi o la fruta de su preferencia.
- Para preparar más yogurt, aparte una taza del que elaboró y proceda de la misma forma para preparar otro litro de yogurt natural, sin embargo, es recomendable no hacerlo más de cuatro ocasiones.
- Al adquirir el botecito de yogurt natural revise la fecha de caducidad y que la tapa no esté inflada.

Educación para el consumo

PROFECO

Utensilios

- Cacerola con capacidad de 2 litros con tapa
- Molcajete
- Taza medidora
- Lata con capacidad de 350 g (puede utilizar envases vacíos de cera o una lata de atún limpia)
- Colador de malla fina
- Batidor (puede emplear un tenedor de plástico, un abatelenguas o un palito de madera)
- Etiqueta adhesiva
- Guantes de látex o de plástico

mente la mezcla con el batidor hasta obtener una consistencia semipastosa. Se deja reposar durante cinco horas.

9. Por último se le agrega la cucharada chica de aceite mineral y se realiza un agitado rápido de 30 segundos con el batidor, de tal forma que adquiera una consistencia cremosa y suave.

Envasado y conservación

Conserve este producto en la lata bien tapada. No olvide colocarle una etiqueta con el nombre del producto, la fecha de elaboración y de caducidad. Es conveniente guardar su cera para auto en un lugar seco y oscuro.

La cera para auto elaborada mediante esta tecnología tiene una duración aproximada de tres meses.

Modo de empleo

- El auto se debe lavar y secar muy bien antes de aplicar la cera.
- Aplique la cera con estopa.
- Para evitar que la cera se seque al aplicarla, realice la operación por secciones.
- Con un trapo suave frote vigorosamente en las secciones enceradas hasta que desaparezca cualquier huella de grasa.

Recomendaciones

- Durante la elaboración del producto use guantes.
- Este producto se debe elaborar en una habitación ventilada.
- En caso de que le queden sobrantes de algunos ingredientes, guárdelos en un lugar seguro; no olvide colocarles una etiqueta a los envases y mantenerlos en un sitio seco y oscuro.

Educación para el consumo

PROFECO

Utensilios

- Tabla de madera para picar
- Cuchillo
- Recipiente de plástico para colocar la fruta picada
- Licuadora
- Taza medidora
- Cuchara sopera
- Colador
- Vaso de vidrio
- Olla de acero inoxidable con capacidad de 1/2 litro
- Olla de acero inoxidable con capacidad de 3 litros
- Pala de madera o cuchara de acero inoxidable grande
- Frasco esterilizado con capacidad de 1 kg

5. La fruta picada se licua con las dos tazas de agua y enseguida se vierte en la olla de acero inoxidable; se pone a hervir durante un minuto.
6. Enseguida se le agrega el azúcar poco a poco, revolviéndola con la pala de madera para que se disuelva. Se le añade el agua que contiene la pectina.
7. La mezcla se mueve continuamente hasta que el volumen se reduzca a una tercera parte.
8. Finalmente se le agrega la grenetina hidratada y se revuelve muy bien para incorporarla totalmente.

Envasado y conservación

La mermelada caliente se vacía en el frasco previamente esterilizado, dejando un espacio de un centímetro entre la superficie de la mermelada y la tapa. Se cierra muy bien el frasco para provocar vacío. Es importante dejar enfriar la mermelada a temperatura ambiente de 12 a 24 horas aproximadamente.

Cuando se haya enfriado la mermelada, colocar una etiqueta en el frasco indicando el nombre del producto, la fecha de elaboración y la de caducidad. Guarde la mermelada a temperatura ambiente en un lugar fresco y seco.

Caducidad

La mermelada elaborada mediante esta tecnología tiene una caducidad de ocho meses, siempre y cuando se mantenga en un lugar fresco y seco. Una vez que ha sido abierto el frasco debe conservarse en refrigeración; tiene una caducidad de un mes.

Pescados y mariscos enlatados

Actualmente, gracias a las novedosas tecnologías de envasado y conservación, tenemos la posibilidad de saborear pescados y mariscos en cualquier época del año. Para darle a conocer cuál es la calidad de los pescados y los mariscos enlatados, PROFECO realizó un estudio de calidad de estos productos.

El análisis incluyó: 29 marcas de sardina, 37 de atún, siete de camarón, siete de calamar, siete de pulpo, cinco de filetes de anchoas, nueve de mejillones, cuatro de ostiones, ocho de almejas, tres de berberechos y cuatro de carne de cangrejo.

¿Cuáles fueron las pruebas?

Contenido neto y masa drenada. Se verificó que el contenido neto y la masa drenada del producto correspondieran a lo declarado en la etiqueta, permitiendo las tolerancias indicadas en la norma NOM-002 Contenido neto, tolerancias y métodos de verificación.

Información al consumidor. La información contenida en la etiqueta debe ser veraz y no inducir a error al consumidor respecto a la naturaleza y características del producto, debiendo reunir los siguientes requisitos: nombre o denominación del alimento de acuerdo con sus especificaciones técnicas de calidad y presentación del producto, lista de ingredientes en orden cuantitativo decreciente, declaración del contenido neto, masa drenada, nombre y domicilio fiscal del fabricante, leyenda que identifique al país de origen, e identificación del lote. Toda la información debe aparecer redactada en idioma español.

Características del envase. Se revisó la eficiencia del barniz, raspaduras y corrosión en el interior de la lata.

Características de la carne. Se revisaron color, olor, sabor, consistencia, textura, manchas, cantidad de fragmentos y materia extraña en el producto.

Características del medio de cobertura. Se verificaron olor, sabor, fluidez y materia extraña del medio que cubre al pescado o marisco (medio de cobertura).

Veracidad del etiquetado. En camarones enlatados se corroboró que el producto incluyera la denominación específica de acuerdo con el tamaño del camarón.

Calidad sanitaria. Se verificó que los pescados y mariscos enlatados no tuvieran microorganismos o contaminantes químicos (plomo y cadmio) que ocasionen daños a la salud.

¿Qué normatividad se consideró?

En el presente estudio se tomaron como base las siguientes normas correspondientes a cada tipo de producto:

NOM-002-SCFI-1993 Contenido neto, tolerancias y métodos de verificación.

NOM-051-SCFI-1994 Especificaciones generales de etiquetado para alimentos y bebidas no alcohólicas preenvasados.

NOM-084-SCFI-1994 Especificaciones de información comercial y sanitaria para productos de atún y bonita preenvasados.

NMX-F-484-SCFI-1993 Almeja entera en salmuera enlatada.

NMX-F-537-1995-SCFI Almejas ahumadas enlatadas en aceite.

NMX-F-450-1994-SCFI Camarones al ajillo enlatados.

NMX-F-449-SCFI-1993 Calamar enlatado.

NMX-F-539-1995-SCFI Filetes de anchoas enlatados en aceite.

NOM-032-SSAI-1993 Moluscos bivalvos en conserva.

NMX-F363-1994-SCFI Camarones enlatados en salmuera.

NOM-028-SSAI-1993 Pescados en conserva.

NMX-F-179-SCFI-1993 Sardinas y pescados similares.

NMX-F-355-1994-SCFI Mejillones enlatados.

NMX-F-485-1994-SCFI Pulpo enlatado en su tinta.

NMX-F-487-1994-SCFI Carne de cangrejo enlatada.

NMX-F-505-1993-SCFI Ostiones ahumados enlatados en aceite.

Los resultados con las evaluaciones parciales y globales obtenidas por cada marca se muestran en las siguientes tablas. Los precios promedio publicados como referencia fueron investigados durante la primera quincena del mes de febrero de 1999. Si usted desea obtener más información sobre el presente estudio puede comunicarse a la Coordinación de Investigación de PROFECO, a los teléfonos (5)549-00-95 ó (5)544-20-60, donde con gusto lo atenderemos.

Recomendaciones para elegir productos enlatados

Antes de comprar

1. Revise que la etiqueta indique:
   - Nombre del producto
   - Marca
   - Peso neto
   - Masa drenada
   - Nombre y domicilio del fabricante
   - Lista completa de ingredientes
   - Lote

2. Asimismo observe que la lata no esté abombada, mal sellada, oxidada, ni golpeada.

Antes de consumir

-Verifique que el producto tenga el color y el olor característicos.
-Confirme que el sabor sea propio de ese alimento.
-Finalmente observe que la textura sea firme y consistente.

Excelente Bueno Regular Deficiente

Anchoas

Producto Marca	País de origen	Información al consumidor	Contenido neto		Masa drenada		Características			Calidad sanitaria	Precio por presentación/100 g	Evaluación global de calidad	Observaciones
			Declarado (g)	Verificado (g)	Declarado (g)	Verificado (g)	Del envase	De la carne	Del medio de cobertura				
Anchoas en filete **Grosso**	Venezuela	Completa	110	116.14	80	76.68	☺	☺	☺	☺	22.20 / 20.18	100	
Anchoas en aceite de oliva **Palacio de Oriente**	España	Completa	48	49.11	29	33.66	☺	☺	☺	☺	31.20 / 65.00	100	
Anchoa en aceite de oliva **Roland**	Marruecos	Completa	56	59.97	33	33.7	☺	☺	☺	☺	23.65 / 42.23	100	
Filete de anchoa en aceite de oliva **La Monegasque**	Marruecos	Completa	50	51.76	30	31.5	☺	☺	☺	☺	21.25 / 42.50	100	
Filete de anchoa en aceite de oliva **Vigilante**	España	Completa	48	51.80	29	35.2	☺	☺	☺	☺	31.20 / 65.00	100	

Almejas

Producto Marca	País de origen	Información al consumidor	Contenido neto		Masa drenada		Características			Calidad sanitaria	Precio por presentación/100g	Evaluación global de calidad	Observaciones
			Declarado (g)	Verificado (g)	Declarado (g)	Verificado (g)	Del envase	De la carne	Del medio de cobertura				
Almejitas ahumadas **Sunny Sea**	Tailandia	Completa	104	105.49	80	76.48	☺	☺	☺	☺	23.80 / 22.38	**100**	
Almejitas enteras **Roland**	Indonesia	Completa	283	299	141	148	☺	☺	☺	☺	28.55 / 10.09	**95**	Se detectó más del 10 por ciento permitido por la norma de fragmento de almejas.
Almejas enteras **Brunswick**	Tailandia	Completa	283	300	142	151.6	☺	☺	☺	☺	12.90 / 4.56	**95**	Se detectó más del 10 por ciento permitido por la norma de fragmento de almejas
Almejitas en salmuera enteras **Sunny Sea**	Tailandia	Completa	290	295.51	142	160.61	☺	☺	☺	☺	18.46 / 6.37	**90**	No cumple con la masa drenada que especifica la norma (debe ser como mínimo el 50 por ciento del contenido neto).
Almejas blancas al natural **Robinson Crusoe**	Chile	Completa	190	189.98	110	102.86	☺	☺	☺	☺	27.80 / 14.63	**80**	No cumple con la masa drenada declarada en su etiqueta.
Almejas rosadas al natural **Robinson Crusoe**	Chile	Completa	190	197.86	110	98.73	☺	☺	☺	☺	37.25 / 19.60	**80**	No cumple con la masa drenada declarada en su etiqueta.
Almejitas ahumadas **Roland**	Tailandia	Completa	104	107.6	100	91.48	☺	☺	☺	☺	30.45 / 29.28	**80**	No cumple con la masa drenada declarada en la etiqueta.
Almeja en salmuera en trozos **Excélsior**	México	Completa	200	220.80	120	85.5	☺	☺	☺	☺	15.40 / 7.70	**80**	No cumple con la masa drenada declarada en la etiqueta.

Contenido y masa drenada

Contenido neto es la cantidad de producto preenvasado que permanece después de realizar todas las deducciones del envase, cuando sea el caso.

Si una lata de atún pesa 185 gramos y la lata sin atún pesa 11 gramos, el contenido neto de atún será de 174 gramos.

Peso de la lata con atún: 185 gramos
Peso de la lata sin atún: 11 gramos
Contenido neto: 174 gramos

La masa drenada es la cantidad de producto sólido o semisólido que representa el contenido de un envase, después de que el líquido ha sido removido por un método previamente establecido.

Por ejemplo, en una lata de atún la masa drenada está constituida por el peso del atún sin el líquido que contiene la lata.

Contenido neto: 174 gramos
Peso del líquido: 45 gramos
Masa drenada: 129 gramos

Atún en aceite

Producto Marca	País de origen	Información al consumidor	Contenido neto		Masa drenada		Características			Calidad sanitaria	Precio por presentación/100 g	Evaluación global de calidad	Observaciones
			Declarado (g)	Verificado (g)	Declarado (g)	Verificado (g)	Del envase	De la carne	Del medio de cobertura				
Atún aleta amarilla en aceite en trozos **Calmex**	México	Completa	174	173.31	129	124	☺	☺	☺	☺	6.90 / 3.91	100	
Atún aleta amarilla en aceite desmenuzado **Marca Libre Aurrera**	México	Completa	174	176.22	130	125.2	☺	☺	☺	☺	6.70 / 3.85	100	
Atún en hojuelas aleta amarilla en aceite **Maredén**	México	Completa	174	174.22	130	135.37	☺	☺	☺	☺	6.60 / 3.79	100	
Atún aleta amarilla en trozos en aceite **Mazatún**	México	Completa	174	174.54	130	129.92	☺	☺	☺	☺	7.15 / 4.11	100	
Lomo de atún aleta amarilla sólido en aceite **Nicolasa**	México	Completa	174	171.12	130	127.46	☺	☺	☺	☺	9.15 / 5.26	100	
Atún claro en aceite de oliva compacto **Vigilante**	España	Completa	115	117.96	76	79.5	☺	☺	☺	☺	27.70 / 24.09	100	
Atún en aceite (trozos) **La Torre**	México	Completa	174	173.36	130	144.83	☺	☺	☺	☺	6.02 / 3.46	100	
Atún con aceite **Herdez**	México	Incompleta	174	177.78	129	128	☺	☺	☺	☺	7.00 / 4.02	95	No especifica en la etiqueta cuál es la presentación del producto (hojuelas, trozos, desmenuzado).
Atún claro en aceite **Palacio de Oriente**	España	Incompleta	111	115.43	75	72.54	☺	☺	☺	☺	22.50 / 20.27	95	No especifica en la etiqueta cuál es la presentación del producto (hojuelas, trozos, desmenuzado).
Atún en aceite **Tuny**	México	Incompleta	174	171.12	130	135.24	☺	☺	☺	☺	7.20 / 4.14	95	No especifica en la etiqueta cuál es la presentación del producto (hojuelas, trozos, desmenuzado).
Atún en aceite **Maratún**	México	Incompleta	174	177.91	130	134.4	☺	☺	☺	☺	6.80 / 3.91	95	No especifica en la etiqueta cuál es la presentación del producto (hojuelas, trozos, desmenuzado).
Filete de atún blanco en aceite **Nicolasa**	México	Completa	120	111.5	90	108.90	☺	☺	☺	☺	32.00 / 26.70	90	No cumple con el contenido neto que declara.
Atún en aceite (trozos) **Marca Propia Comercial Mexicana**	México	Completa	170	173	120	122	☺	☹	☺	☺	5.45 / 3.20	90	Presenta restos de piel, espinas y vísceras, y la carne está oscurecida.
Atún aleta amarilla en aceite **Selección Gigante**	México	Incompleta	174	170	130	133	☺	☹	☺	☺	6.60 / 3.79	90	No especifica en la etiqueta cuál es la presentación del producto (hojuelas, trozos, desmenuzado), además de presentar restos de vísceras y espinas.

Atún en aceite *(Continuación)...*

Producto Marca	País de origen	Información al consumidor	Contenido neto		Masa drenada		Características			Calidad sanitaria	Precio por presentación/100 g	Evaluación global de calidad	Observaciones
			Declarado (g)	Verificado (g)	Declarado (g)	Verificado (g)	Del envase	De la carne	Del medio de cobertura				
Atún en aceite (trozos) **Dolores**	México	Completa	174	174.43	130	111.91	☺	☺	☺	☺	6.05 / 3.48	**80**	No cumple con la masa drenada que declara.
Atún aleta amarilla en hojuelas en aceite **Escosa**	México	Completa	174	169.80	130	107.14	☺	☺	☺	☺	8.25 / 4.74	**80**	No cumple con la masa drenada que declara.
Atún claro en aceite **Peña**	España	Incompleta	111	111.98	80	71.16	☺	☺	☺	☺	14.60 / 13.15	**75**	No especifica en la etiqueta cuál es la presentación del producto (hojuelas, trozos, desmenuzado), y no cumple con la masa drenada que declara.
Atún en aceite **Marinero**	México	Incompleta	174	176.4	130	96.36	☺	☺	☺	☺	5.78 / 3.32	**70**	No especifica en la etiqueta cuál es la presentación del producto (hojuelas, trozos, desmenuzado), no cumple con la masa drenada que declara, además de que la textura no es firme.
Atún en aceite (trozos) **El Dorado**	México	Completa	174	168.99	130	114.02	☺	☺	☺	☺	6.15 / 3.53	**70**	No cumple con la masa drenada que declara, la textura no es firme y presenta restos de vísceras.

Atún en agua

Producto Marca	País de origen	Información al consumidor	Contenido neto		Masa drenada		Características			Calidad sanitaria	Precio por presentación/100 g	Evaluación global de calidad	Observaciones
			Declarado (g)	Verificado (g)	Declarado (g)	Verificado (g)	Del envase	De la carne	Del medio de cobertura				
Atún en agua aleta amarilla desmenuzado **Great Value**	México	Completa	174	174.44	130	138	☺	☺	☺	☺	6.45 / 3.88	**100**	
Atún aleta amarilla en agua desmenuzado **Marca Libre Aurrera**	México	Completa	174	166.52	130	130	☺	☺	☺	☺	6.70 / 3.85	**100**	
Lomo de atún en agua light **Nicolasa**	México	Completa (*)	174	170.64	130	124	☺	☺	☺	☺	9.15 / 5.26	**97**	La calificación se ve demeritada por el uso de la palabra en inglés *light*.
Atún aleta amarilla en agua en trozos light **Calmex**	México	Completa (*)	174	171.09	129	140.5	☺	☺	☺	☺	6.50 / 3.97	**97**	La calificación se ve demeritada por el uso de la palabra en inglés *light*.
Atún en agua light **Tuny**	México	Incompleta (*)	174	174.90	130	128	☺	☺	☺	☺	7.20 / 4.14	**92**	No especifica en la etiqueta cuál es la presentación del producto (hojuelas, trozos, desmenuzado). La calificación se ve demeritada por el uso de la palabra en inglés *light*.
Atún aleta amarilla en agua **Selección Gigante**	México	Incompleta	174	173	130	126	☺	☺	☺	☺	6.60 / 3.79	**90**	Se detectó la presencia de vísceras; no especifica en la etiqueta cuál es la presentación del producto (hojuelas, trozos, desmenuzado).

Atún en agua *(Continuación)...*

Producto Marca	País de origen	Información al consumidor	Contenido neto		Masa drenada		Características			Calidad sanitaria	Precio por presentación/ 100 g	Evaluación global de calidad	Observaciones
			Declarado (g)	Verificado (g)	Declarado (g)	Verificado (g)	Del envase	De la carne	Del medio de cobertura				
Atún en agua **Herdez**	México	Incompleta	174	183.27	130	138	☺	☺	☺	☺	8.35 / 4.80	90	No especifica en la etiqueta cuál es la presentación del producto (hojuelas, trozos, desmenuzado), además se detectaron restos de vísceras.
Atún en agua en trozos **Mazatún**	México	Completa	174	173.08	130	105.08	☺	☺	☺	☺	6.06 / 3.48	80	No cumple con la masa drenada que declara.
Atún en agua en trozos **Nair**	México	Completa	170	172.96	130	100.82	☺	☺	☺	☺	6.80 / 4.00	80	No cumple con la masa drenada que declara.
Atún en agua en trozos **Dolores**	México	Completa	174	177.7	130	109.18	☺	☺	☺	☺	5.95 / 3.42	75	Se detectó la presencia de vísceras y no cumple con la masa drenada.
Atún en agua en trozos **Marca Propia Comercial Mexicana**	México	Completa	170	175.31	120	100	☺	☺	☺	☺	5.45 / 3.21	75	Se detectó la presencia de vísceras y no cumple con la masa drenada que declara.
Atún en agua en hojuelas **Escosa**	México	Completa	174	175.73	130	106.15	☺	☺	☺	☺	7.10 / 4.08	75	No cumple con la masa drenada que declara, presenta restos de espinas y la carne está oscurecida.

Atún en otros medios de cobertura

Producto Marca	País de origen	Información al consumidor	Contenido neto		Masa drenada		Características			Calidad sanitaria	Precio por presentación/ 100 g	Evaluación global de calidad	Observaciones
			Declarado (g)	Verificado (g)	Declarado (g)	Verificado (g)	Del envase	De la carne	Del medio de cobertura				
Atún en salsa chipotle **Marca Propia Comercial Mexicana**	México	Completa	170	173.2	120	118	☺	☺	☺	☺	5.45 / 3.21	95	Se detectó la presencia de vísceras.
Atún en chipotle **Nair**	México	Incompleta	170	178.32	120	132	☺	☺	☺	☺	6.80 / 4.00	95	No especifica en la etiqueta cuál es la presentación del producto (hojuelas, trozos, desmenuzado).
Ensalada azteca **Nair**	México	Completa	170	173.22	120	148.7	☺	☺	☺	☺	6.40 / 3.76	95	Se detectó presencia de espinas.
Atún ensalada con vegetales **Nair**	México	Incompleta	170	177.41	120	130	☺	☺	☺	☺	6.80 / 4.00	95	No especifica en la etiqueta cuál es la presentación del producto (hojuelas, trozos, desmenuzado).
Atún en escabeche **Nair**	México	Incompleta	170	178.12	120	132.8	☺	☺	☺	☺	6.80 / 4.00	90	No especifica en la etiqueta cuál es la presentación del producto (hojuelas, trozos, desmenuzado), además se detectó presencia de vísceras.
Atún a la española **Nair**	México	Incompleta	170	170.91	120	143.9	☺	☺	☹	☺	6.40 / 3.76	60	No especifica en la etiqueta cuál es la presentación del producto (hojuelas, trozos, desmenuzado), además se detectó presencia de materia extraña en el medio de cobertura.

Berberechos

Producto Marca	País de origen	Información al consumidor	Contenido neto		Masa drenada		Características			Calidad sanitaria	Precio por presentación/ 100 g	Evaluación global de calidad	Observaciones
			Declarado (g)	Verificado (g)	Declarado (g)	Verificado (g)	Del envase	De la carne	Del medio de cobertura				
Berberechos al natural **Vigilante**	España	Completa	115	127.28	63	59.96	☺	☺	☺	☺	46.40 / 40.78	100	
Berberechos al natural **Robinson Crusoe**	Chile	Completa	190	191.26	110	117.30	☺	☺	☺	☺	57.25 / 19.60	95	Se detectó la presencia de residuos concha, arena y algas.
Berberechos al natural **Palacio de Oriente**	España	Completa	115	129.05	62	52.09	☺	☺	☺	☺	40.10 / 35.39	80	No cumple con la masa drenada que declara.

Calamares

Producto Marca	País de origen	Información al consumidor	Contenido neto		Masa drenada		Características			Calidad sanitaria	Precio por presentación/ 100 g	Evaluación global de calidad	Observaciones
			Declarado (g)	Verificado (g)	Declarado (g)	Verificado (g)	Del envase	De la carne	Del medio de cobertura				
Calamares en su tinta **Palacio de Oriente**	España	Completa	111	121.90	72	87.96	☺	☺	☺	☺	15.90 / 14.32	100	
Calamares en su tinta **Vigilante**	España	Completa	115	117.12	72	82.58	☺	☺	☺	☺	44.10 / 38.26	100	
Calamares en su tinta **Ybarra**	México	Completa	120	115.28	75	70	☺	☺	☺	☺	15.10 / 12.58	100	
Calamares en rodajas en aceite **Vigilante**	España	Completa	115	118	72	72.5	☺	☺	☺	☺	33.80 / 29.39	100	
Calamares a la mexicana **Tuny**	México	Completa	170	169.94	110	122	☺	☺	☺	☺	9.50 / 5.54	100	
Calamares en salsa americana **Peña**	España	Completa	111	119.63	72	70.51	☺	☺	☺	☺	14.50 / 13.06	90	No cumple con la masa drenada que especifica la norma (debe ser como mínimo el 65 por ciento del contenido neto).
Calamares en salsa **Reese**	No declara	Incompleta	113	121.26	No declara	74.62	☺	☺	☺	☺	29.50 / 25.93	70	No declara país de origen ni masa drenada, además de que ésta no cumple con lo especificado en la norma.

Carne de cangrejo

Producto Marca	País de origen	Información al consumidor	Contenido neto		Masa drenada		Características			Calidad sanitaria	Precio por presentación/ 100 g	Evaluación global de calidad	Observaciones
			Declarado (g)	Verificado (g)	Declarado (g)	Verificado (g)	Del envase	De la carne	Del medio de cobertura				
Carne de cangrejo **Portanet**	Tailandia	Completa	170	211.34	120	135.3	☺	☺	☺	☺	22.60 / 13.29	100	
Carne de cangrejo **Roland**	Indonesia	Completa	170	200	120	114	☺	☺	☺	☺	50.45 / 29.97	100	
Carne de cangrejo **Brunswick**	Indonesia	Completa	170	203.39	120	110.21	☺	☺	☺	☺	23.00 / 13.53	80	No cumple con la masa drenada que declara.
Carne de cangrejo **Sunny Sea**	Tailandia	Completa	170	185.5	120	108.17	☺	☺	☺	☺	28.00 / 16.47	80	No cumple con la masa drenada que declara.

Camarones en diferentes medios de cobertura

Producto Marca	País de origen	Información al consumidor	Veracidad en la etiqueta	Contenido neto		Masa drenada		Características			Calidad sanitaria	Precio por presentación/100g	Evaluación global de calidad	Observaciones
				Declarado (g)	Verificado (g)	Declarado (g)	Verificado (g)	Del envase	De la carne	Del medio de cobertura				
Camarones al ajillo **Excélsior**	México	Incompleta	Cumple	174	166.36	90	85	☺	☺	☺	☺	24.40 / 14.02	**95**	No ostenta la denominación por clasificación por tamaño del camarón, como lo exige la norma.
Camarones al natural **Dolores**	México	Incompleta	Cumple	320	317.84	142	147.30	☺	☺	☺	☺	24.80 / 7.75	**90**	No ostenta la denominación por clasificación por tamaño del camarón, como lo exige la norma. Se detectaron residuos de antenas y caparazones, lo que es objetable por la norma.
Camarones cocktail **Brunswick**	Tailandia	Incompleta	Cumple	195	210.20	113	132.15	☺	☺	☺	☺	19.60 / 10.05	**80**	No ostenta la denominación por clasificación por tamaño del camarón,como lo exige la norma. También se detectó un alto contenido de trozos pequeños y residuos de antenas, y la textura del camarón no es firme.
Camarones pequeños **Sunny Sea**	Tailandia	Completa	No cumple	170	208.75	120	132.26	☺	☺	☺	☺	25.20 / 14.82	**75**	El producto no corresponde a camarón pequeño, ya que por los resultados obtenidos debe denominarse camarón minúsculo. También se detectó un alto contenido de trozos pequeños y residuos de antenas, además la textura del camarón no es firme.
Camarones en salmuera **Excélsior**	México	Incompleta	Cumple	315	304.72	140	126	☺	☺	☺	☺	36.35 / 11.54	**75**	No cumple con la masa drenada que declara y no ostenta la denominación por la clasificación por tamaño del camarón, según lo establece la norma.
Camarones en salmuera **Calmex**	México	Incompleta	Cumple	315	310.19	140	129	☺	☺	☺	☺	29.90 / 9.49	**70**	No ostenta la denominación por clasificación por tamaño del camarón, no cumple con la masa drenada como lo exige la norma. Se detectaron residuos de caparazones, lo que es objetado por la norma.
Camarones **Geisha**	Tailandia	Completa	No cumple	200	210.20	120	124.64	😐	☺	☺	☺	25.10 / 12.55	**66**	El producto no corresponde a camarón pequeño, ya que por los resultados obtenidos debe denominarse camarón minúsculo. También se detectó un alto contenido de trozos pequeños y residuos de caparazones, además la textura del camarón no es firme y el envase presentó puntos de corrosión.

☺ Excelente ☺ Bueno 😐 Regular ☹ Deficiente

Mejillones

Producto Marca	País de origen	Información al consumidor	Contenido neto		Masa drenada		Características			Calidad sanitaria	Precio por presentación/ 100 g	Evaluación global de calidad	Observaciones
			Declarado (g)	Verificado (g)	Declarado (g)	Verificado (g)	Del envase	De la carne	Del medio de cobertura				
Mejillones en salsa picante **Robinson Crusoe**	Chile	Completa	115	115.44	65	70.42	☺	☺	☺	☺	21.10 / 18.35	**100**	
Mejillones en escabeche **Nicolasa**	España	Completa	105	112.26	65	65.56	☺	☺	☺	☺	18.40 / 17.81	**100**	
Mejillones en escabeche **Palacio de Oriente**	España	Completa	115	121.54	68	79.52	☺	☺	☺	☺	25.60 / 22.26	**100**	
Mejillones en escabeche **Vigilante**	España	Completa	115	123.62	70	76.36	☺	☺	☺	☺	38.00 / 33.04	**100**	
Mejillones en escabeche **Robinson Crusoe**	Chile	Completa	115	124.42	65	62.73	☺	☺	☺	☺	22.90 / 19.91	**100**	
Mejillones en escabeche **Peña**	No declara	Incompleta	105	122.14	65	68.52	😐	☺	☺	☺	18.50 / 17.42	**91**	No declara país de origen y se detectó corrosión en el envase.
Mejillones sazonados en salsa roja **Reese**	No declara	Incompleta	113	121.78	—	61.36	☺	☺	☺	☺	29.30 / 25.93	**80**	No declara país de origen ni masa drenada en la etiqueta.
Mejillones ahumados en aceite **Geisha**	Tailandia	Completa	103	104.92	91	77.32	☺	☺	☺	☺	18.30 / 17.77	**80**	No cumple con la masa drenada que declara.
Mejillones al natural **Robinson Crusoe**	Chile	Completa	190	193.07	110	102.5	☺	☺	☺	☺	22.45 / 12.08	**80**	No cumple con la masa drenada que declara.

Ostiones

Producto Marca	País de origen	Información al consumidor	Contenido neto		Masa drenada		Características			Calidad sanitaria	Precio por presentación/ 100 g	Evaluación global de calidad	Observaciones
			Declarado (g)	Verificado (g)	Declarado (g)	Verificado (g)	Del envase	De la carne	Del medio de cobertura				
Ostiones ahumados en aceite **Geisha**	Corea	Completa	105	114.76	91	88.27	☺	☺	☺	☺	27.60 / 26.29	**100**	
Ostiones ahumados en aceite **May Lily**	Corea	Completa	105	106.84	90	85.84	☺	☺	☺	☺	34.10 / 32.57	**100**	
Ostiones ahumados **La Pasiega**	Corea	Completa	105	117.56	90	87.31	☺	☺	☺	☺	26.00 / 24.76	**100**	
Ostiones ahumados en aceite **Portanet**	Corea	Completa	105	112.52	90	91.6	☺	☺	☺	☺	22.10 / 21.05	**100**	

Pulpo

Producto Marca	País de origen	Información al consumidor	Contenido neto		Masa drenada		Características			Calidad sanitaria	Precio por presentación/ 100 g	Evaluación global de calidad	Observaciones
			Declarado (g)	Verificado (g)	Declarado (g)	Verificado (g)	Del envase	De la carne	Del medio de cobertura				
Pulpo en salsa marinera **Peña**	España	Completa	111	118.37	72	75.57	☺	☺	☺	☺	25.30 / 22.79	100	
Pulpo en su tinta **Tuny**	México	Completa	170	166.79	110	112.05	☺	☺	☺	☺	9.50 / 5.59	100	
Pulpo en aceite de oliva **Palacio de Oriente**	España	Completa	115	118.48	72	77.10	☺	☺	☺	☺	31.60 / 27.48	100	
Pulpo a la marinera **Vigilante**	España	Completa	115	119.68	72	76.80	☺	☺	☺	☺	40.50 / 35.22	100	
Pulpo al ajillo picante **Vigilante**	España	Completa	115	121	72	72.6	☺	☺	☺	☺	45.40 / 37.74	100	
Pulpo al ajillo **Tuny**	México	Completa	170	161.67	110	105	☺	☺	☺	☺	9.50 / 5.59	100	
Pulpo al ajillo **Vigilante**	España	Completa	115	118.2	72	63.3	☺	☺	☺	☺	38.00 / 33.04	80	No cumple con la masa drenada que declara.

Sardinas en aceite

Producto Marca	País de origen	Información al consumidor	Contenido neto		Masa drenada		Características			Calidad sanitaria	Precio por presentación/ 100 g	Evaluación global de calidad	Observaciones
			Declarado (g)	Verificado (g)	Declarado (g)	Verificado (g)	Del envase	De la carne	Del medio de cobertura				
Sardina en aceite de oliva **Palacio de Oriente**	España	Completa	120	122.62	85	95.48	☺	☺	☺	☺	19.20 / 16.00	100	
Sardina en aceite de oliva **Nicolasa**	España	Completa	112.5	126.22	87.5	92.38	☺	☺	☺	☺	11.20 / 9.96	95	Se detectó presencia de vísceras, lo cual es objetable según la norma.
Sardina en aceite de oliva **Peña**	España	Completa	120	125.02	88	88.18	☺	☺	☺	☺	13.60 / 11.33	95	Se detectó presencia de vísceras, lo cual es objetable según la norma.
Sardina en aceite **Brunswick**	Canadá	Completa	106	136.32	82	115.08	☺	☺	☺	☺	7.35 / 6.93	93	Se detectó presencia de vísceras y aletas desprendidas.
Sardina en aceite de oliva **Vigilante**	España	Completa	120	127	88	77	☺	☺	☺	☺	15.50 / 12.92	73	No cumple con la masa drenada declarada. Se detectó presencia de aletas desprendidas y vísceras, lo lo cual es objetable según la norma.

Sardinas en aceite (Continuación)...

Producto Marca	País de origen	Información al consumidor	Contenido neto		Masa drenada		Características			Calidad sanitaria	Precio por presentación/ 100 g	Evaluación global de calidad	Observaciones
			Declarado (g)	Verificado (g)	Declarado (g)	Verificado (g)	Del envase	De la carne	Del medio de cobertura				
Sardina en aceite de oliva **Unitas**	México	Completa	125	116.50	105	84.6	☺	☺	☺	☺	5.80 / 4.64	**70**	No cumple con el contenido neto ni la masa drenada que declara.
Sardina en aceite **Excélsior**	México	Completa	125	116	105	90.6	☺	☺	☺	☺	5.10 / 4.08	**70**	No cumple con el contenido neto ni la masa drenada que declara.
Sardina en aceite **Guaymex**	México	Completa	125	112	100	70	☺	☺	☺	☺	4.90 / 3.92	**68**	No cumple con el contenido neto ni la masa drenada que declara, se detectó presencia de aletas.

Sardinas en otros medios de cobertura

Producto Marca	País de origen	Información al consumidor	Contenido neto		Masa drenada		Características			Calidad sanitaria	Precio por presentación/ 100 g	Evaluación global de calidad	Observaciones
			Declarado (g)	Verificado (g)	Declarado (g)	Verificado (g)	Del envase	De la carne	Del medio de cobertura				
Sardina en salsa chipotle **Guaymex**	México	Completa	425	423	300	297.5	☺	☺	☺	☺	6.75 / 1.59	**98**	Presenta aletas desprendidas.
Sardina en escabeche **Vigilante**	España	Completa	120	124.90	88	85.22	☺	☺	☺	☺	16.80 / 14.00	**95**	Presenta vísceras.
Sardina en salsa picante **Brunswick**	Canadá	Completa	106	126	68	97.6	☺	☺	☺	☺	7.60 / 6.98	**95**	Presenta vísceras.
Sardina en aceite con picante **Brunswick**	Canadá	Completa	106	121.12	82	104.64	☺	☺	☺	☺	7.35 / 6.93	**93**	Presenta aletas y vísceras desprendidas.
Sardina en aceite con picante **Dolores**	——	Incompleta	125	137	100	108.7	☺	☺	☺	☺	5.90 / 4.32	**91**	No declara en su etiqueta la leyenda del país de origen y presenta vísceras.
Sardina en agua light **Brunswick**	Canadá	Completa	106	121.91	88	93.37	☺	☺	☺	☺	6.80 / 6.42	**90**	Presenta aletas y vísceras desprendidas. Su calificación se demeritó por el uso de la palabra en inglés *light*.
Sardina en salsa de tomate picante **Guaymex**	México	Completa	425	447	300	311.67	☺	☺	☺	☺	6.75 / 1.59	**83**	Presenta aletas y vísceras desprendidas, además de detectarse corrosión en la lata.

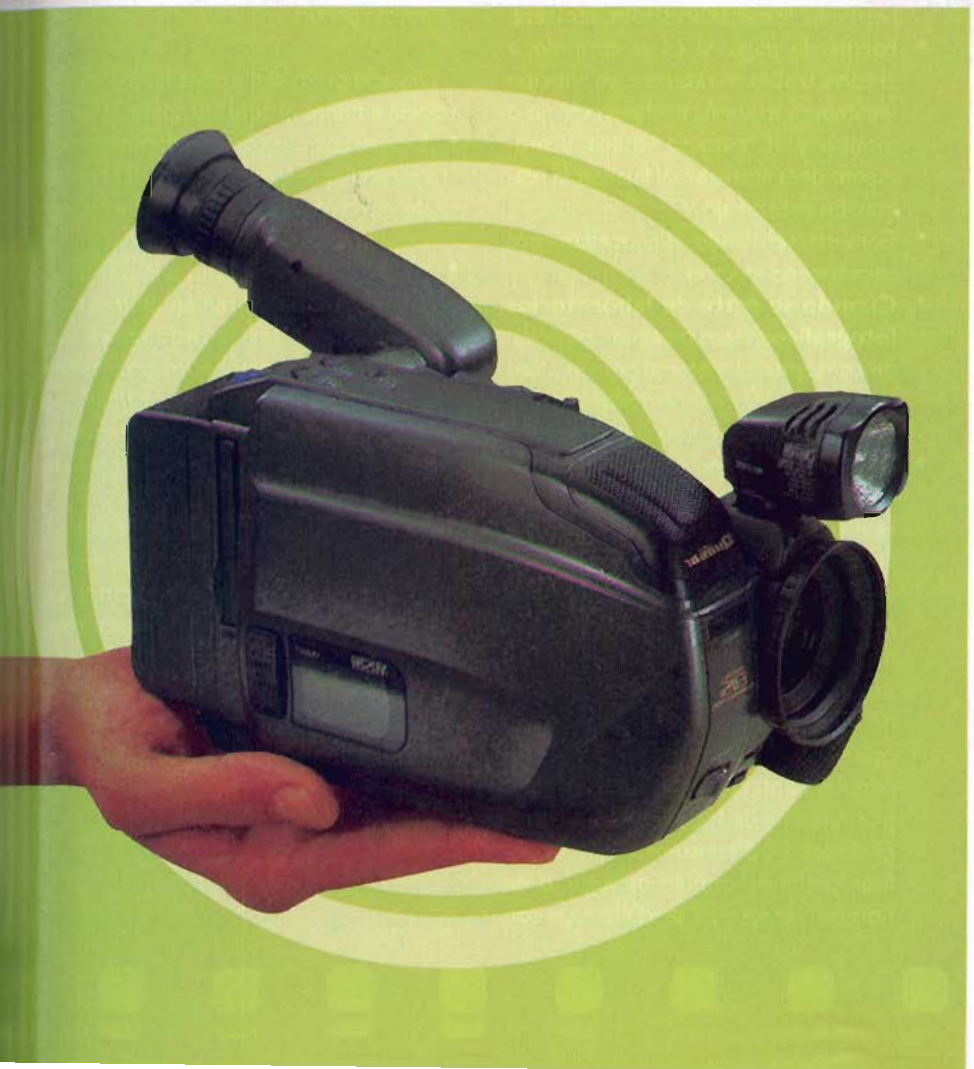
☺ Excelente ☺ Bueno 😐 Regular ☹ Deficiente

Sardinas en salsa de tomate

Producto Marca	País de origen	Información al consumidor	Contenido neto		Masa drenada		Características			Calidad sanitaria	Precio por presentación/ 100 g	Evaluación global de calidad	Observaciones
			Declarado (g)	Verificado (g)	Declarado (g)	Verificado (g)	Del envase	De la carne	Del medio de cobertura				
Sardina en salsa de tomate **Nicolasa**	España	Completa	112.5	128.23	87.5	99.14	☺	☺	☺	☺	11.20 / 9.96	**100**	
Sardina en salsa de tomate **Vigilante**	España	Completa	120	130.14	88	105.40	☺	☺	☺	☺	17.10 / 14.25	**98**	Presenta aletas desprendidas.
Sardina en salsa de tomate **Marinero**	México	Completa	425	460.62	300	296.37	☺	☺	☺	☺	5.78 / 1.36	**98**	Presenta aletas desprendidas.
Sardina en salsa de tomate **Excélsior**	México	Completa	425	468.01	300	329.86	☺	☺	☺	☺	6.10 / 1.44	**98**	La carne no presenta una textura excelente.
Sardina en salsa de tomate **Yavaros**	México	Completa	425	439.70	300	336.24	☺	☺	☺	☺	6.00 / 1.41	**98**	Presenta aletas desprendidas.
Sardina en salsa de tomate **Guaymex**	México	Completa	425	452.30	300	315.56	☺	☺	☺	☺	6.50 / 1.53	**97**	Presenta aletas desprendidas y grietas en la carne.
Sardina en salsa de tomate **Marca Libre Aurrera**	México	Completa	425	463.79	300	356.98	☺	☺	☺	☺	5.75 / 1.35	**95**	Presenta vísceras.
Sardina en salsa de tomate **Maredén**	México	Completa	425	457.18	300	344.92	☺	☺	☺	☺	5.60 / 1.32	**93**	Presenta vísceras y no tiene una textura excelente.
Sardina en salsa de tomate **Marsea**	México	Completa	425	466.04	300	343.92	☺	☺	☺	☺	5.90 / 1.39	**93**	Presenta vísceras y no tiene una textura excelente.
Sardina en salsa de tomate **Brunswick**	Canadá	Completa	106	120.66	68	92.28	☺	☺	☺	☺	7.35 / 6.93	**93**	Presenta vísceras y aletas desprendidas.
Sardina en salsa de tomate **Palacio de Oriente**	España	Completa	125	123.9	85	94.46	☺	☺	☺	☺	18.80 / 15.04	**93**	Presenta vísceras y aletas desprendidas.
Sardina en salsa de tomate **Escosa**	México	Completa	425	466.98	300	323.83	☺	☺	☺	☺	7.60 / 1.79	**93**	Presenta vísceras y aletas desprendidas.
Sardina en salsa de tomate **Tu Marca**	México	Completa	170	172.7	120	95.9	☺	☺	☺	☺	2.75 / 1.62	**73**	No cumple con la masa drenada que declara y se detectó presencia de vísceras y aletas.
Sardina en salsa de tomate **Calmex**	México	Completa	425	394	300	277	☺	☺	☺	☺	6.70 / 1.58	**65**	No cumple con el contenido neto ni la masa drenada declarados, además presenta vísceras.

¡La norma es cumplir!

Servicios fotográficos, de laboratorio y de grabación en video



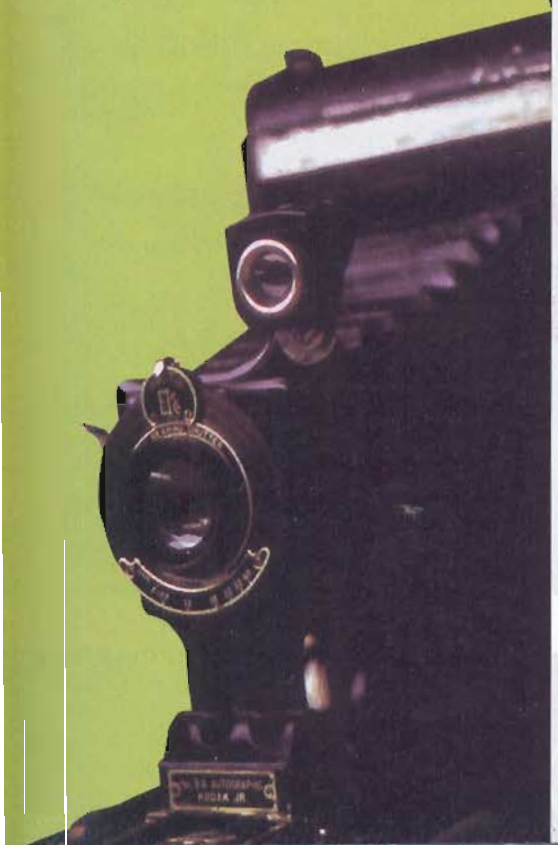
La fotografía y el video nos proporcionan la posibilidad de tener presentes momentos importantes. Pero en ocasiones puede suceder que al recoger el trabajo de revelado nos digan que «el rollo se veló», o bien, que el trabajo de videograbación carece de la calidad que usted esperaba.

Para proteger sus intereses como consumidor, a partir de diciembre de 1998 entró en vigor una norma oficial, la cual establece los requisitos mínimos de información que deben proporcionar todas las personas físicas y morales dedicadas a la prestación de servicios fotográficos, de laboratorio y de grabación en video.

La Norma Oficial Mexicana NOM-126-SCFI-1998 «Prácticas comerciales-requisitos mínimos de información para la prestación de servicios fotográficos, de laboratorio y de grabación en video» establece que los prestadores de estos servicios le deberán proporcionar por escrito la siguiente información:

- Las características del servicio que usted solicita y el precio correspondiente, con el IVA incluido.
- Los costos adicionales, en caso de requerir que el servicio se proporcione fuera del establecimiento, y los riesgos que ello implica.
- La duración del servicio o tiempo de entrega.
- Garantía contra posibles riesgos o defectos derivados de la toma fotográfica o de video, revelado, impresión de fotografías o edición de videos.
- La forma de pago, aclarando si se debe pagar un anticipo, en cuyo caso le deberán indicar el porcentaje.
- Los días y horarios de atención al consumidor.

De acuerdo con esta norma, si usted decide contratar estos servicios, **el fotógrafo, camarógrafo o laboratorista debe formalizar la operación mediante un contrato**, debidamente registrado ante PROFECO, o bien, una orden de trabajo que contenga por lo menos la siguiente información:



- El nombre o razón social, domicilio fiscal y teléfono del prestador del servicio, así como su R. F .C.
- El nombre, domicilio y teléfono del contratante.
- La descripción del servicio objeto del contrato, es decir, en el caso de servicios de laboratorio, especificar si se trata de revelado de rollos, reducción o ampliación de fotografías o negativos; en servicios fotográficos y de video, si son tomas en estudio, exteriores o en algún otro lugar.
- El precio del servicio y, en su caso, los costos adicionales por la obtención de permisos, licencias, traslados, etcétera.
- Forma de pago: si es al contado, a crédito, o sólo se requiere un anticipo -se deberá especificar el porcentaje o monto- y el resto se liquida al momento de la entrega o al finalizar la realización del trabajo.
- Garantía, señalando el procedimiento para hacerla efectiva.
- **Cuando se trate de laboratorios fotográficos**, éstos tienen la obligación de conservar el material por un plazo máximo de 90 días, contados a partir de la fecha en la que lo recibieron.
- **En el caso de los servicios de fotografía o de grabación de video la información debe ser**:

- Cuando el servicio se proporcione en lugares sujetos a restricciones, se deberá indicar quién es el responsable de tramitar los permisos, autorizaciones o licencias, en el entendido de que si éstos no se obtuvieran oportunamente se dará por terminado el contrato sin responsabilidad por ninguna de las partes.
- El derecho del consumidor para notificar cualquier cambio de lugar o de horario, siempre y cuando lo haga con tres días de anticipación a la celebración del evento.
- El derecho del consumidor de cancelar la operación sin responsabilidad ni costo alguno para él, dentro de los cinco días hábiles posteriores a la firma del contrato, siempre y cuando la contratación no se hubiera hecho en los diez días hábiles próximos al evento.
- Las causas de rescisión del contrato y las penas convencionales a las que se sujetan, tanto el prestador del servicio como el contratante, por incumplimiento o cancelación improcedente, así como cargos y responsabilidades de ambas partes.

Dependiendo del servicio solicitado, adicionalmente el contrato debe señalar:

- La descripción y condiciones del material que se recibe para el servicio de revelado, impresión, reducción o ampliación de fotografías.
- Si las tomas fotográficas o la grabación en video se realizarán en interiores o exteriores, las condiciones de iluminación, el tiempo de grabación y el tipo de formato a utilizar, las características referentes al tamaño y acabado de las fotografías, así como la entrega de negativos.
- La obligación del prestador de utilizar película vigente y/o videocasete nuevo.
- La responsabilidad del prestador en caso de daños y perjuicios ocasionados al consumidor, en los términos previstos en la ley y demás ordenamientos legales aplicables.

Fuentes: -Dirección de Educación para el Consumo, PROFECO.
-Dirección de Política de Protección al Consumidor, SECOFI.

Esta sección es para que usted plasme sus experiencias como consumidor, las cuales seguramente le resultarán útiles a los lectores.

Esperamos sus casos en: José Vasconcelos núm. 208, piso 14, colonia Condesa, C. P. 06140, Delegación Cuauhtémoc, México, D. F., o bien, al fax 553-05-74.

Mucho agradeceremos que su carta no exceda la extensión de una cuartilla y media, escrita a doble espacio, y que incluya sus datos completos.

Sólo publicaremos los casos que contengan sus datos personales completos.

Ford Fuentes Interlomas «aguó» Fiesta

Soy un cliente de la marca **Ford** desde hace varios años y ahora me siento muy defraudado por la forma en la que las agencias comercializan sus productos.

El día 23 de julio del año pasado adquirí, con mucho esfuerzo, un automóvil **Ford** *Fiesta* en la que, se supone, es la agencia más grande de Latinoamérica: **Ford Fuentes Interlomas**.

El automóvil que compré ha presentado diversos problemas desde el día que lo recibí; a los tres meses ya había acudido a la agencia varias veces debido a varias fallas.

El día 25 de octubre decidí dejarlo en el taller pues noté que tenía una fuga del líquido refrigerante, la cual no era significativa; después de falsas promesas de entrega y de notar que los mecánicos no tenían idea del origen del problema (computadora, termostato, válvulas, ventilador, tapa del motor, juntas), además de que no cumplían con la fecha de entrega, porque ni siquiera tienen en existencia las refacciones de los vehículos que comercializan, acudí a hablar con diversas personas, las cuales no me trataron nada bien, entre ellas el dueño o encargado, quien me dijo que hiciera lo que quisiera pues no me prestarían un auto en lo que reparaban el mío, por lo que solamente me quedaba esperar aproximadamente un mes.

Unos días después fui a recoger algunos objetos personales que olvidé en el interior del auto y me encontré con la sorpresa de que tenía un golpe en la parte trasera izquierda y la caja de discos compactos ya no funcionaba.

Al salir de la agencia, bastante molesto, pensé en no volver, ni siquiera por mi auto, así que solicité el reembolso de lo que he pagado hasta ahora: pagos de tenencia, seguro, tres mensualidades, verificación, enganche, en fin, realmente creo que es un robo y una injusticia puesto que utilizo este automóvil para salir de la ciudad de México y para trabajar, y si decidí adquirir uno nuevo fue precisamente para no tener problemas; ha pasado casi un mes y esto no se soluciona. Además, para comprar un vehículo remanufacturado y reparado por un sobrecalentamiento, hubiera preferido un automóvil usado, sin pagar lo que con tanto esfuerzo pago.

Por fin, el viernes 11 de diciembre me entregaron el auto, que aún presenta algunos problemas menores que quedaron de resolver.

Ricardo Alejandro Nevárez Ruiz
Chayiyicama núm. 97 P
San Miguel Tecamachalco
Naucalpan, Estado de México.

Caso Landín

A principios de 1998 mi esposo, que es comerciante, se mudó de establecimiento y empezó a darse a conocer, por lo que pensó en utilizar algún medio de publicidad.

Casualmente, cerca del comercio se estacionó una camioneta que tenía inscrita una leyenda de **Calendarios Landín**, y él pensó que era conveniente regalar calendarios a fin de año.

Llamó a la empresa y lo atendió Javier Melo, quien le informó el precio, la cantidad mínima del pedido (mil calendarios) y la forma de pago. Pasaron dos semanas y Javier Melo pasó a recoger el anticipo, en ese momento se le notificó que la dirección anotada en su hoja de pedido no era la correcta y la corrigió. Pasaron más de dos meses para que

nos entregaran el pedido, lo revisamos y sólo había 990 calendarios, pero eso no es todo, el nombre de una de las calles estaba mal escrito y cinco calendarios pertenecen a una abarrotera en Morelos; desgraciadamente la persona que entregó el pedido no es la misma con la que hicimos el trato, por lo que le explicamos los motivos de nuestra inconformidad y que por ello no le pagaríamos inmediatamente. Dicha persona nos dijo que le iba a preguntar a su superior para ver qué podían hacer; tardó una semana en contestarnos que no podíamos hacer nada y prácticamente obligó a mi esposo a pagarle. Yo le comenté a mi esposo que no volviera a pagar algo que no es lo que pedimos. Hice una llamada al número gratuito de **Calendarios Landín** en Querétaro, y después de varios intentos logré hablar con una señorita, quien quedó de llamarme y nunca lo hizo.

Patricia Judith Rumbo Vázquez
Calz. Pie de la Cuesta núm. 77 «C»-20
C. P. 39580
Acapulco, Guerrero

«La Alpina» maltrata a sus clientes

El pasado martes 15 de diciembre acudí a la dulcería **La Alpina**, ubicada en la calle Víctor Hugo, de la colonia Portales. Fui a comprarle unos chocolates a mis hijos. Por cierto, llevaba al más pequeño de ellos, de tan sólo un año y medio de edad.

Escogí unos chocolates con valor de $ 60.40 el kilo. Pedí 500 gramos, pero al pagar me di cuenta de que esa cantidad desajustaba mi presupuesto, pues nada más llevaba $ 30.00. No me quedaba ni un peso para mi transporte.

Le solicité a la muchacha que me atendía que por favor cancelara esa cuenta y que prefería escoger unos chocolates más económicos. Ella se comportó muy grosera y me dijo que no había cambios y que si no sabía leer, pues había un letrero que decía «no se admiten devoluciones».

Yo le argumenté mis razones y ella cada vez se portaba más grosera, hasta llegar al grado de no hacerme caso y seguir atendiendo a toda la gente menos a mí. Prácticamente me ignoró.

Esta situación duró ¡cinco horas y media! Desde las 11 y media de la mañana hasta las cinco de la tarde.

Después de tantas horas, un señor de la tienda que nada más había estado observando, se acercó a la caja, sacó el dinero y me lo arrojó, mientras me insultaba. Por la actitud que mostró me di cuenta de que era el dueño o el encargado de la tienda.

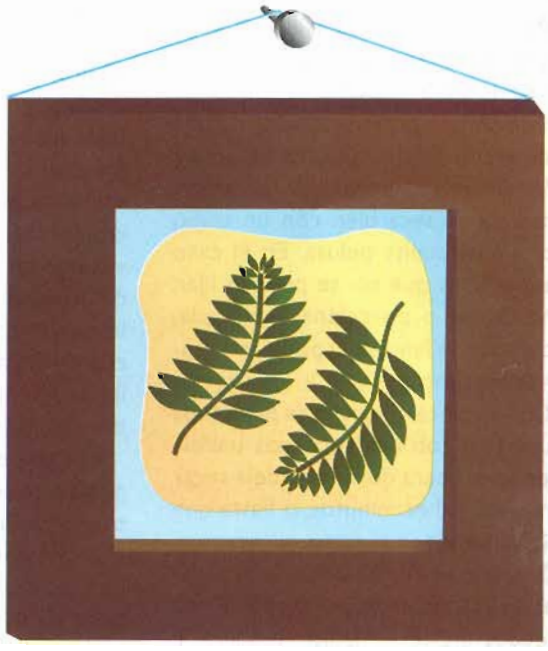
Mi coraje e impotencia por ese maltrato hicieron que soltara el llanto.

Al llegar a mi casa, todavía temblando de coraje, me percaté de que mi hijo sangró por tanto tiempo que pasó sin que le cambiara el pañal.

Ante esta actitud tan grosera y desconsiderada no encuentro respuesta.

Eréndira López Márquez
Calle Juan M. García núm. 5
colonia La Esperanza
Delegación Iztapalapa

Cuadros decorativos y cómo renovar una lámpara



Materiales

- Flores frescas o ramas tiernas de helecho
- Papel periódico o papel absorbente
- Pegamento de contacto
- 2 cuadros o círculos de vidrio con borde cromado (se consiguen en tiendas de decoración y manualidades). También se puede utilizar vidrio del que se usa para enmarcar retratos.

Cómo hacerlo

1. Las flores o los helechos se acomodan extendidos en medio de dos hojas de papel y encima se coloca una pila de libros u otro objeto plano y pesado, así se dejan durante una semana. Este proceso de secado se puede llevar a cabo rápidamente en el horno de microondas: las plantas se colocan entre dos servilletas de papel absorbente, y encima se pone un plato para que se conserven planas, se elige el nivel «alto» en el selector del horno y se dejan dos minutos.

2. Las flores o los helechos secos se acomodan sobre uno de los vidrios, formando con ellos la figura que se desee. Con los pétalos de las flores se pueden hacer coloridas figuras en forma de mariposas, utilizando los pistilos para hacer las antenas, mientras que con los helechos se crean paisajes de bosques o modernas impresiones encontradas.

3. Una vez terminada la figura se coloca encima el otro cuadro o círculo de vidrio, se fijan las orillas con el pegamento y se dejan secar.

Tips, tips, tips...

- Con esta misma técnica puede hacer portavasos, «recuerdos» para bodas, XV años o bautizos, u obsequios para sus amistades.
- Si utiliza cuadros de vidrio sin borde, puede enmarcarlos con madera o tiras de cartón corrugado pintadas en tono dorado -o del color que usted prefiera-, así le dará a sus paredes un toque fresco y muy elegante.

Cómo renovar una lámpara usada

Material
Para la base:

- Base de lámpara lisa (de preferencia de madera o de lámina)
- Papel de lija de grano fino
- Barniz para acabado en tono dorado (*)
- Crema dorada (para aplicar sobre el barniz dorado) (*)
- 2 trozos de tela suave, que no suelte pelusa.
- Pincel pequeño para barnizar

(*)Se consigue en tiendas especializadas de decoración o en tlapalerías grandes.

Para la pantalla

- Pantalla o estructura metálica de una lámpara usada, preferentemente de 30 cm de diámetro por 18 cm de altura
- 1 metro de tela delgada del color de su preferencia, que tenga como mínimo 80 cm de ancho.
- 1.5 metros de cinta o bies para ribetear que combine con la tela
- Hilo, aguja y alfileres

Cómo se hace

La base

• Para que el acabado sea más duradero se recomienda quitarle a la superficie de la base cualquier residuo de barniz o pintura anterior utilizando una lija de grano fino; enseguida se limpia perfectamente el polvo con un trapo húmedo, y se seca bien con un trapo seco que no suelte pelusa. En el caso de superficies que no se puedan lijar, como cristal o porcelana vitrificada, únicamente se limpian el polvo y la grasa y se deja secar.

• Con un pincel pequeño se pinta toda la superficie con una sola capa uniforme de barniz para dorar y se deja secar entre siete y diez minutos, o hasta que se sienta pegajoso al tacto.

• Sobre el barniz húmedo (aún pegajoso), utilizando el trapo enredado en los dedos índice y medio, se aplica la crema dorada -humedeciendo ligeramente la punta del trapo en la crema dorada- con suaves movimientos circulares, hasta que se forme una capa que cubra perfectamente grietas y rincones, procurando que no quede crema acumulada.

• Cuando la crema se haya secado perfectamente puede dejar la así, en el tono mate, o bien, sacarle brillo lustrando la lámpara con un trapo que no suelte pelusa.

Tips, tips, tips...

• Para proteger el acabado de la base se recomienda aplicar una capa de barniz después de sacarle brillo.

• Para que la crema penetre perfectamente en grietas y rincones se puede utilizar un cepillo de dientes en lugar del trapo.

• Con este método también se pueden renovar repisas, pedestales de muebles de madera, percheros y piezas de cerámica.

La pantalla

• Se corta la tela en tres tiras de un metro X 20 cm. Si se utiliza tela estampada o a cuadros, se deben cortar las tiras de manera que el estampado tenga el mismo sentido en las tres tiras.

• Se unen dos de los tres lienzos, cosiéndolos firmemente por el lado angosto para formar una sola pieza -si la tela es estampada, las figuras deberán verse parejas, como si el tejido fuera continuo.

• Enseguida se plisa la tela, formando tablones sencillos en un mismo sentido, fijándolos con alfileres o con un hilván, recuerde que si usa tela estampada, los dibujos deben quedar simétricos. Una vez que termine los tablones , el lienzo debe medir dos centímetros más de lo que mida la circunferencia más ancha de la pantalla, si se usa una pantalla de 30 cm de diámetro, la tela plisada deberá medir 32 cm.

• Se une el tercer lienzo por el lado plisado, cosiendo firmemente a mano o en máquina -derecho con derecho- y uniendo también los extremos, de manera que quede una especie de funda -plisada en el centro-, posteriormente se voltea al derecho.

• Se introduce la pantalla o la estructura metálica hasta la mitad de la funda, cuidando que la unión con los pliegues quede de la base de la pantalla -o circunferencia de abajo- hacia arriba. Luego la tela sin pliegues restante se dobla hacia dentro, de manera que la estructura o pantalla quede en medio de las dos telas.

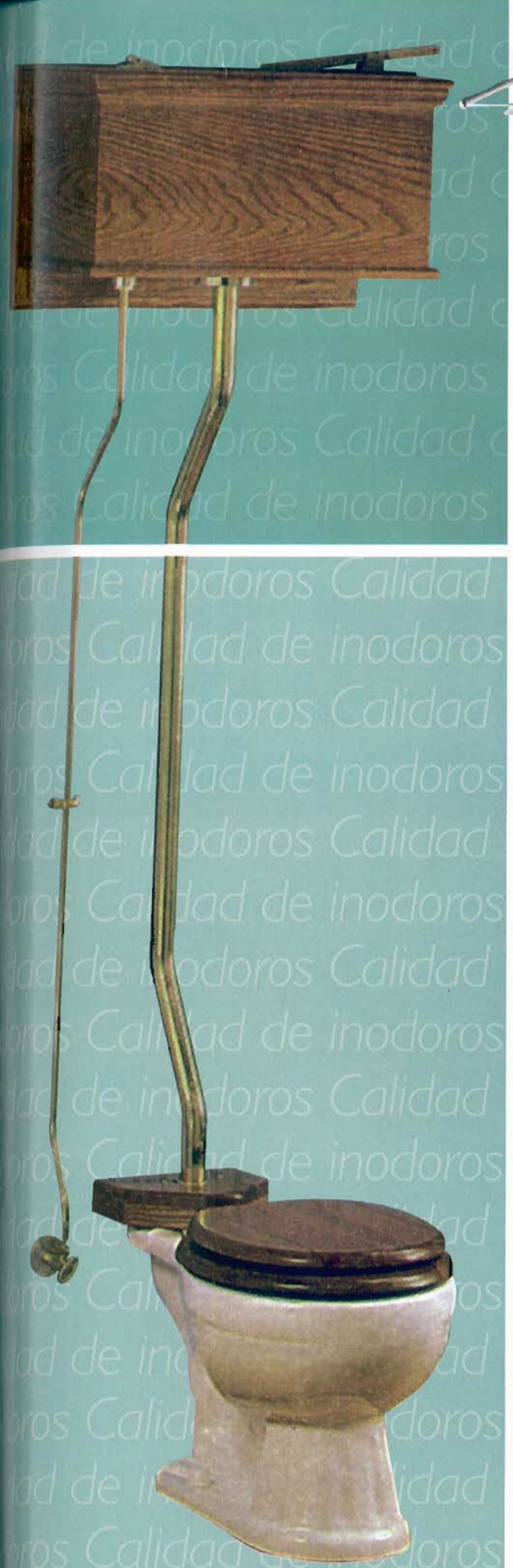
• Con puntadas firmes se fija la tela en la parte de abajo de la pantalla. Para fijar la tela a la parte de arriba se forman pliegues profundos con ayuda de alfileres o con un hilván, que se acomodan perfectamente a la forma de la pantalla. A continuación, sobre el círculo superior de la pantalla se une la cubierta interior con la exterior, estirando la tela al máximo para que los pliegues externos queden tensos; al interior se forman pequeños pliegues para que la tela no quede hecha bolas.

• El bies o cinta de ribetear se cose alrededor de las bases superior e inferior. La forma correcta de hacerlo es cosiéndola primero por el derecho de la pantalla, después se voltea hacia el interior y se remata por el revés con «puntada escondida».

Tips, tips, tips...

• Se recomienda utilizar telas que armonicen con el color de sus muebles o paredes.

• También se pueden hacer bonitas combinaciones usando la misma tela de sus cortinas, colchas o cojines.



Bajo la lupa

Calidad de inodoros

Para informarle sobre la calidad de los inodoros que se comercializan en el mercado nacional y de este modo orientarlo para que realice una buena compra, el Laboratorio de Pruebas de la Procuraduría Federal del Consumidor realizó un estudio de calidad de estos muebles para baño.

Este análisis abarcó los inodoros denominados Tipo II para uso doméstico, de calidad clase A (primera) y clase B (segunda), con tanque bajo (acoplado al mueble), de una o dos piezas.

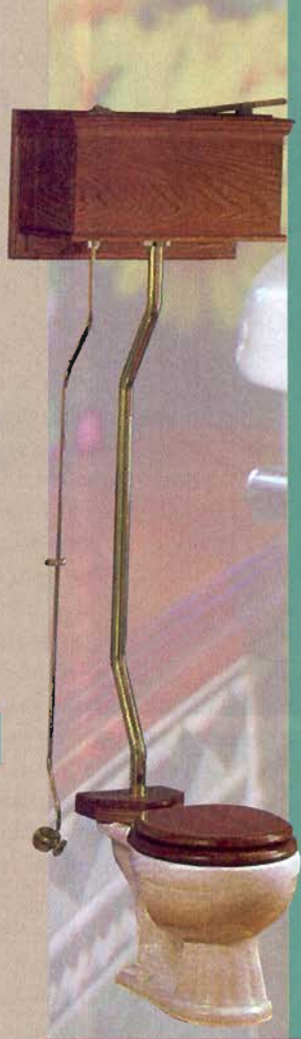
Se analizaron 60 modelos (57 nacionales y tres importados) correspondientes a 19 marcas (17 nacionales y dos extranjeras).

¿Cómo funcionan?

Existen principalmente **dos sistemas** para la eliminación de desperdicios: sistema de flujo por gravedad y sistema asistido por presión.

En el **sistema de flujo por gravedad**, al accionar la palanca el agua del tanque cae hacia la taza, bañando las paredes y arrastrando su contenido -funciona gracias a la fuerza de gravedad. Aunque este sistema es el menos efectivo resulta ser el más económico, tanto por su costo como por su mantenimiento, por lo cual es el más utilizado.

El **sistema asistido por presión** aprovecha la presión de la tubería de alimentación, la cual debe ser de 25 libras por pulgada cuadrada como mínimo (lo cual equivale a colocar el tinaco a una altura de ocho pisos aproximadamente, mientras el inodoro se instala en la planta baja). Esta presión puede obtenerse también con un sistema hidroneumático. Este sistema es más efectivo, pero también más costoso porque sus partes son más especializadas.



Recomendaciones de mantenimiento

- Evitar poner objetos pesados sobre el inodoro.
- Cada seis meses verificar que no haya fugas del tanque a la taza. Para hacerlo, cierre la llave de paso (unas ocho horas) y posteriormente verifique el nivel de aforo marcado en el interior del tanque.
- Se recomienda no usar fibras metálicas para la limpieza del inodoro.
- Para su mantenimiento se recomienda usar jabón y esponja. No utilizar jabones con amoniaco o ácido, ya que dañan el acabado del inodoro.
- No golpear el mueble.
- Maneje con cuidado la tapa al quitarla del tanque, para evitar que se rompa.

Las pruebas

Los inodoros se sometieron a las pruebas de calidad indicadas en la Norma Oficial Mexicana NOM-001-EDIF-1994 «Especificaciones y métodos de prueba para los inodoros de uso sanitario».

Para su evaluación se aplicaron las siguientes pruebas:

-Información al consumidor
-Acabados
-Dimensiones
-Consumo de agua
-Funcionamiento

Información al consumidor

Se verificó que el producto ostentara, en un lugar visible e indeleble, una etiqueta o impresión permanente con la denominación del producto (las etiquetas de calidad A deben tener un color diferente y contrastante a las de calidad B); nombre y marca comercial registrada, con el logotipo del fabricante; la leyenda «Hecho en México» o país de origen; nombre o razón social y domicilio del fabricante; número de lote, clave y fecha de fabricación; así como sello de certificación del producto.

También se corroboró que en la etiqueta se incluyera una leyenda en la que se recomienda al consumidor que al adquirir el inodoro verifique que estén completos los accesorios y los elementos, ambos con el sello de certificación correspondiente.

En caso de que la información no se indique en la etiqueta o impresión permanente, debe señalarse en el empaque.

Además se revisó que en el instructivo aparecieran las indicaciones de manejo, instalación, uso y protección del mueble, así como un esquema gráfico que señale los nombres de cada uno de los elementos, cómo ensamblarlos y qué tipo de material utilizar para su instalación.

Acabados

Se inspeccionaron cuidadosamente los acabados de los inodoros, para comprobar que no presentaran distorsiones en sus dimensiones o defectos como ampollas, burbujas, cuerpo descubierto, craquelado, decoloración, fracturas, grietas de fusión, indicios de pulimentación, manchas, poros, protuberancias, puntos, superficies opacas o desnivel en el anillo.

Dimensiones

Alabeo. En una superficie plana con un orificio se colocó el cuello de la salida del sanitario y, por medio de lainas, se determinó la posible desviación del plano horizontal con respecto a la orilla de la base.

Espejo de agua. Se colocó el inodoro ensamblado en un banco de prueba en posición normal de uso, previamente nivelado y con el tanque lleno hasta el nivel de agua marcado. Posteriormente se accionó la palanca de descarga y se esperó a que se recuperase el espejo de agua, observando esto en el momento en que el excedente de agua se derramara por el orificio de salida.

Determinación de la altura del sello hidráulico. Esta altura se verifica midiendo la distancia vertical existente entre el plano horizontal de la trampa hasta la superficie libre del espejo.

Sección de la trampa. Se dejó deslizar una bola de 38 mm de diámetro por el interior de la trampa y se verificó que pasara libremente a través de la misma.

Consumo de agua

Se conectó el mueble ensamblado a la instalación hidráulica a una presión de 0.25 kg/cm^2, posteriormente se aforó el interior del tanque (es decir, se midió la cantidad de agua que llevaba la corriente de líquido) hasta la línea de nivel de consumo de agua e inmediatamente se descargó en un recipiente con capacidad de seis litros, con el fin de verificar que la cantidad de agua fuese menor o igual a seis litros.

Funcionamiento del inodoro

Eliminación de desperdicios. Una vez hecha la prueba de consumo de agua y con el espejo a su nivel, se colocaron seis esponjas saturadas con agua y cinco bolas de papel, enseguida se descargó el mueble antes de dos segundos, ello con el fin de verificar que la taza desalojara los desechos.

Barrido. Igual que en la prueba anterior, con el espejo recuperado se colocan diez esponjas saturadas con agua, y antes de dos segundos se descargó el mueble para comprobar que la taza quedase libre de desechos.

Lavado de paredes para las tazas de inodoro. Se descargó el inodoro y enseguida se esparció aserrín en toda la pared interior de la taza hasta cubrirla, se limpiaron 10 mm abajo del labio de la misma y antes de dos segundos se descargó nuevamente el inodoro, para comprobar que con una sola descarga de agua se lave perfectamente la pared interior.

Intercambio de agua. Se depositaron tres gotas de solución de color en el espejo de agua, se agitó y de ahí se tomó una muestra en un tubo de ensaye (considerando a éste como patrón), se vertieron otros 25 ml de solución de color y se descargó el mueble antes de dos segundos; una vez que se recuperó el espejo se tomó una segunda muestra y se comparó con el patrón, verificando si el color era igual o menor al patrón.

Los detalles correspondientes a las evaluaciones parciales y globales obtenidas por cada marca y modelo de inodoro se muestran en las siguientes tablas. Los precios que publicamos en este estudio son precios promedio que le pueden servir como referencia y fueron investigados durante la segunda quincena del mes de enero de este año. Si usted desea obtener mayor información lo invitamos a comunicarse a la Coordinación de Investigación al teléfono (5)549-00-95 ó (5)549-04-95, donde con gusto lo atenderemos.

Recomendaciones de compra

- Verifique las dimensiones del área donde planea instalar el mueble inodoro.
- Visite algunos establecimientos (preferentemente especializados), ya que el precio puede variar considerablemente de un lugar a otro.
- Se recomienda que al adquirir el inodoro verifique que estén completos los accesorios y los elementos, y lleven el sello de certificación correspondiente.
- Revise el inodoro para asegurarse de que no presente despostillamientos o grietas provocados por el traslado.
- Exija su factura, pues le será de mucha utilidad para reclamar en caso de presentarse cualquier desperfecto.

Muebles inodoros con un costo menor a $ 500.00

Marca	Modelo	País de origen	Información al consumidor	Características	Consumo de agua (litros)	Acabados	Dimensiones	Funcionamiento	Precio ($)	Evaluación global de calidad
Vitromex	Marathon	México	Completa	Labio redondo Válvula de admisión Vitromex Mod. Único Válvula de descarga Master Cim Trampa de 2"	5.778	☺	☺	☺	414.00	**98**
Alpha Cerámica	Victoria	México	Completa	Labio redondo Válvula de alimentación y descarga marca Elpro	5.771	☺	☺	☺	383.00	**97**
Nacesa	Alfa	México	Completa	Labio redondo Válvula de admisión APSA Universal 400 A Válvula de descarga APSA Universal 400 D	5.890	☺	☺	☺	326.00	**97**
Kerdal	Perdiz	México	Completa	Labio redondo Válvula de alimentación y descarga Saltillo	5.789	☺	😑	☺	417.00	**95**
Lamosa	Vienna	México	Completa	Labio redondo Válvula de admisión y descarga Master Cim	5.770	☺	☺	☺	399.00	**95**
Porcelamex	Tauro T. E.	México	Completa	Labio redondo Válvula de admisión y descarga Securi	6.00	☺	☺	☺	466.00	**94**
Porcelamex	Tauro	México	Completa	Labio redondo Válvula de admisión y descarga Securi	5.859	☺	☺	☺	466.00	**94**
Ánfora	Mallorca	México	Completa	Labio redondo Válvula de admisión y descarga marca Elpro	5.823	😑	☺	☺	310.00	**93**
Nacesa Plus	Galaxia	México	Incompleta	Labio alargado trapezoidal Válvula de alimentación y descarga APSA Universal 400 A y 400 D	5.660	☺	☺	☺	373.00	**92**
Lamosa	Sahara	México	Completa	Labio redondo Válvula de admisión y descarga Master Cim	5.980	☺	☺	☺	399.00	**90**
Procelesa	Sagitario	México	Completa	Labio redondo Válvula de admisión y descarga Securi	5.827	☺	☺	☺	333.00	**87**
Nacesa	Galaxia	México	Incompleta	Labio alargado Válvula de admisión y descarga APSA Universal 400 A y 400 D	5.734	☺	☺	☺	349.00	**86**
Kerdal	Tucán	México	Completa	Labio redondo Válvula de alimentación y descarga Saltillo	6.011	☺	😑	☺	435.00	**82**

Nota (1): Todos los muebles inodoros se componen de dos piezas (la taza y el tanque), las cuales se unen por medio de herrajes y empaques. Los modelos Royal Plus de la marca Ardefi y el modelo Galería Plaza de Ideal Standard son de una sola pieza, es decir, la taza y el tanque forman una unidad.

Muebles inodoros con un costo menor a $ 500.00 *(Continuación)...*

Marca	Modelo	País de origen	Información al consumidor	Características	Consumo de agua (litros)	Acabados	Dimensiones	Funcionamiento	Precio ($)	Evaluación global de calidad
Procemosa	Imperial	México	Completa	Labio redondo Válvula de admisión y descarga Securi	5.904				333.00	**80**
Kisson	Premier	México	Incompleta	Labio alargado Válvula de admisión y descarga Securi	5.672				267.00	**74**

Muebles inodoros con un costo de entre $ 500.00 y $ 1,000.00

Marca	Modelo	País de origen	Información al consumidor	Características	Consumo de agua (litros)	Acabados	Dimensiones	Funcionamiento	Precio ($)	Evaluación global de calidad
Orion	Iris	México	Completa	Labio redondo Válvula de admisión y descarga Master Cim	5.910				729.00	**100**
Procemex Línea Capizzi	Jumbo	México	Completa	Labio alargado redondo Válvula de admisión Elpro Fast Master 205 A Válvula de descarga Elpro Fast Master 207	5.585				815.00	**99**
Ideal Standard	Zafiro	México	Completa	Labio redondo Válvula de admisión y descarga Ideal Standard	5.908				794.00	**98**
Procemex	Lerma	México	Completa	Labio redondo Válvula de admisión Elpro Fast Master 205 A Válvula de descarga Elpro Fast Master 207	5.47				516.00	**97**
Vitromex	San Marino	México	Completa	Labio redondo Válvula de alimentación Hoov-r-Line Válvula de descarga Master Cim	5.538				912.00	**97**
Vitromex	Apolo	México	Completa	Labio alargado redondo Válvula de admisión Vitromex Mod. Único Válvula de descarga Master Cim	5.496				670.00	**96**
Porcelamex	Aries	México	Completa	Labio alargado redondo Válvula de admisión y descarga Securi	5.630				806.00	**95**
Lamosa	Vienna EL	México	Incompleta	Labio alargado redondo Válvula de admisión y descarga Master Cim	5.750				706.00	**93**
Ceramosa	Mónaco	México	Completa	Labio alargado redondo Válvula de admisión y descarga Master Cim	6.00				600.00	**90**
Orion	Novara	México	Completa	Labio alargado redondo Válvula de alimentación Coast Foundry Válvula de descarga Master Cim /Trampa de 2"	5.949				820.00	**89**

Muebles inodoros con un costo de entre $ 500.00 y $ 1,000.00 *(Continuación)...*

Marca	Modelo	País de origen	Información al consumidor	Características	Consumo de agua (litros)	Acabados	Dimensiones	Funcionamiento	Precio ($)	Evaluación global de calidad
Orion	Argos	México	Completa	Labio redondo Válvula de alimentación y descarga Master Cim	5.841				850.00	87
Lamosa	Mercurio	México	Incompleta	Labio alargado redondo Válvula de admisión y descarga Master Cim	5.886				706.00	87
Kerdal	Perdiz Alargada	México	Completa	Labio alargado redondo Válvula de alimentación y descarga Saltillo	6.011				524.00	84
Fanaloza	Savex	Chile	Incompleta	Labio alargado redondo Válvula de admisión y descarga Vencerámica	6.246				655.00	61

Muebles inodoros con un costo de entre $ 1,000.00 y $ 2,000.00

Marca	Modelo	País de origen	Información al consumidor	Características	Consumo de agua (litros)	Acabados	Dimensiones	Funcionamiento	Precio ($)	Evaluación global de calidad
Porcelamex	Kristal	México	Completa	Labio alargado redondo Válvula de admisión y descarga Securi	6.003				1,189.00	99
Ideal Standard	Olímpico	México	Completa	Labio alargado redondo Válvula de admisión y descarga Ideal Standard	5.702				1,815.00	97
Vitromex	Vanntage	México	Completa	Labio alargado Válvula de admisión Hoov-r-Line Válvula de descarga Master Cim	5.934				1,572.00	96
Vitromex	Coliseo	México	Completa	Labio alargado Válvula de admisión Hoov-r-Line Válvula de descarga Master Cim	5.862				1,366.00	95
Vitromex	San Marino	México	Completa	Labio alargado redondo Válvula de admisión Hoov-r-Line Válvula de descarga Master Cim	5.646				1,432.00	95
Orion	Omega	México	Completa	Labio alargado redondo Válvula de alimentación Coast Foundry Válvula de descarga Master Cim	5.742				1,431.00	94

Muebles inodoros con un costo de entre $ 1,000.00 y $ 2,000.00 *(Continuación)...*

Marca	Modelo	País de origen	Información al consumidor	Características	Consumo de agua (litros)	Acabados	Dimensiones	Funcionamiento	Precio ($)	Evaluación global de calidad
Porcelamex	Agatha	México	Completa	Labio alargado redondo Válvula de admisión y descarga Securi	5.875				1,265.00	**93**
Lamosa	Génesis	México	Incompleta	Labio alargado redondo Válvula de admisión y descarga Master Cim	5.921				1,334.00	**92**
Vitromex	Apolo Handicapped	México	Completa	Labio alargado redondo Válvula de alimentación Hoov-r-Line Válvula de descarga Master Cim Inodoro especial para discapacitados	5.148				1,100.00	**91**
Stilo	Manet	México	Completa	Labio alargado redondo Válvula de admisión y descarga Ideal Standard	5.995				1,254.00	**90**
Vencerámica	Century EL	Venezuela	Incompleta	Labio alargado redondo Válvula de admisión y descarga Vencerámica	5.859				1,597.00	**87**
Orion	Monarca	México	Completa	Labio alargado redondo Válvula de alimentación Coast Foundry Válvula de descarga Master Cim	5.756				1,431.00	**84**
Resim	Acuario	México	Incompleta	Labio alargado redondo Válvula de admisión y descarga Securi	5.820				1,656.00	**84**
Orion	Júpiter	México	Completa	Labio redondo Válvula de admisión y descarga Master Cim	5.988				1,220.00	**81**
Vencerámica	Duncan	Venezuela	Incompleta	Labio alargado redondo Válvula de admisión y descarga Vencerámica	5.498				1,013.00	**80**

Muebles inodoros con un costo de entre $ 2,000.00 y $ 3,000.00

Marca	Modelo	País de origen	Información al consumidor	Características	Consumo de agua (litros)	Acabados	Dimensiones	Funcionamiento	Precio ($)	Evaluación global de calidad
Stilo	Angélico	México	Completa	Labio alargado redondo Válvula de admisión y descarga Ideal Standard	5.453				2,726.00	**97**
Vitromex	Essence	México	Completa	Labio alargado trapezoidal Válvula de alimentación Hoov-r-Line Válvula de descarga Master Cim	5.765				2,996.00	**96**
Orion	Contempo	México	Completa	Labio alargado redondo Válvula de alimentación Coast Foundry Válvula de descarga Master Cim	5.78				2,402.00	**84**

Muebles inodoros asistidos por presión con un costo de entre $ 2,000.00 y $ 3,000.00

Marca	Modelo	País de origen	Información al consumidor	Características	Consumo de agua (litros)	Acabados	Dimensiones	Funcionamiento	Precio ($)	Evaluación global de calidad
Ideal Standard	Turbo Cadet	México	Completa	Labio alargado redondo con tanque de presión y válvula Flushmate III.	5.890	☺	☺	☺	2,615.00	100
Vitromex	Mariner	México	Completa	Labio alargado redondo con tanque de presión y válvula Flushmate III. Trampa de 2 1/16"	5.876	☺	☺	☺	2,503.00	98

Nota: Este tipo de inodoros requiere de una presión mínima de entrada de 25 lb/plg² (lo cual equivale a colocar el tinaco a una altura de ocho pisos y el inodoro en la planta baja); esta presión también puede obtenerse mediante un sistema hidroneumático.
El tiempo de llenado del tanque es de 23 segundos aproximadamente.

Muebles inodoros con un costo de entre

Marca	Modelo	País de origen	Información al consumidor	Características
Ardefi (1)	Royal Plus	México	Completa	Labio alargado trapezoidal Válvula de admisión y descarga Elpro

Muebles inodoros con un costo mayor a $ 4,000.00

Marca	Modelo	País de origen	Información al consumidor	Características	Consumo de agua (litros)	Acabados	Dimensiones	Funcionamiento	Precio ($)	Evaluación global de calidad
Ideal Standard	Galería Plaza Normal	México	Completa	Labio alargado redondo Válvula de admisión y descarga Ideal Standard	5.870	☺	☺	☺	5,405.00	100
Ideal Standard (1)	Galería Plaza	México	Completa	Labio alargado redondo Válvula de admisión y descarga Ideal Standard	5.920	☺	☺	☺	5,660.00	100
Ideal Standard	Nova	México	Completa	Labio alargado redondo Válvula de admisión y descarga Ideal Standard	5.813	☺	☺	☺	4,658.00	100
Ideal Standard	Heritage	México	Completa	Labio alargado redondo Válvula de admisión y descarga Ideal Standard	5.743	☺	☺	☺	4,364.00	98
Ideal Standard	Clairmont	México	Completa	Labio alargado redondo Válvula de admisión y descarga Ideal Standard	5.790	☺	☺	☺	4,290.00	97

Nota (1): Todos los muebles inodoros se componen de dos piezas (la taza y el tanque), las cuales se unen por medio de herrajes y empaques. Los modelos Royal Plus de la marca Ardefi y el modelo Galería Plaza de Ideal Standard son de una sola pieza, es decir, la taza y el tanque forman una unidad.

Muebles inodoros con un costo mayor a $ 4,000.00 *(Continuación)...*

Marca	Modelo	País de origen	Información al consumidor	Características	Consumo de agua (litros)	Acabados	Dimensiones	Funcionamiento	Precio ($)	Evaluación global de calidad
Orion	Velli	México	Completa	Labio alargado redondo Válvula de alimentación Coast Foundry Válvula de descarga Master Cim	5.982				6,134.00	**95**
Orion	Astoria	México	Completa	Labio alargado trapezoidal Válvula de admisión Coast Foundry Válvula de descarga Master Cim	5.860				5,438.00	**84**

$ 3,000.00 y $ 4,000.00

Consumo de agua (litros)	Acabados	Dimensiones	Funcionamiento	Precio ($)	Evaluación global de calidad
5.790				3,995.00	**97**

Excelente *Bueno* *Regular* *Deficiente*

Muebles inodoros de segunda clase

Marca	Modelo	País de origen	Información al consumidor	Características	Consumo de agua (litros)	Acabados	Dimensiones	Funcionamiento	Precio ($)	Evaluación global de calidad
Nacesa	Galaxia	México	Incompleta	Labio alargado Válvula de alimentación y descarga APSA Universal 400 A y 400 D	5.500				317.00	**93**
Nacesa	Galaxia Plus	México	Incompleta	Labio alargado trapezoidal Válvula de alimentación y descarga APSA Universal 400 A y 400 D	5.870				332.00	**92**
Nacesa	Alfa	México	Completa	Labio redondo Válvula de alimentación y descarga APSA Universal 400 A y 400 D	5.988				292.00	**88**

El aguacate

representante de México ante el mundo

Con el presente trabajo iniciamos una nueva sección que hemos denominado «Manos mexicanas», cuyo propósito es destacar y describir aquellos alimentos nativos de nuestro país, o bien, los productos de manufactura nacional que por su alta calidad dan renombre a México.

La exportación de algunos productos mexicanos ha ganado importancia en los mercados internacionales, tal es el caso del aguacate; hoy día **México ocupa el primer lugar en producción y exportación a nivel mundial** de este exquisito fruto, del cual **cada mexicano consume en promedio 8.5 kg al año.**

El aguacate es un delicioso ingrediente de la comida mexicana, el cual ayuda a reducir los niveles de colesterol en la sangre; y por si lo anterior fuera poco, es muy apreciado en las industrias cosmética y alimenticia.

Es un honor presentarle en la **Revista del Consumidor** un reportaje de este producto orgullosamente mexicano.

El aguacate en cifras

La producción nacional de aguacate en 1997 fue de 762 mil 336 toneladas, **siendo el principal productor el estado de Michoacán**, con el 84.2 por ciento de la producción total; pero las heladas de diciembre provocaron que ese año hubiera un desplome del 35 por ciento en la producción.

A nivel mundial, la producción de aguacate en el ciclo 1997-1998 fue de un millón 268 mil toneladas; asimismo, en el ciclo 1995-1998, **el 69.0 por ciento lo aportó México**, seguido por Estados Unidos con 14.0 por ciento.

Entre los principales **países compradores de aguacate mexicano en el ciclo 1997-1998 destacan Francia**, con 13 mil 857 toneladas, **y Centroamérica** con 8 mil 835 toneladas. La variedad de aguacate que más exportó México fue la *hass*, por su buen sabor, fácil manejo y tamaño, lo cual la ha convertido en una de las más populares en el mundo.

Usos del aguacate

El aguacate no sólo se utiliza para elaborar o acompañar ricos platillos, como ensaladas, sopas, pasteles, panes o el tradicional «guacamole». Para ampliar esta gama culinaria, en 1998 se publicó un recetario elaborado por la Asociación Agrícola Local de Productores de Aguacate de Uruapan, Michoacán, el cual incluye 106 recetas en las que el ingrediente principal es el aguacate.

Este fruto también se emplea como materia prima en la industria cosmética, para elaborar cremas, jabones, champúes, aceites, lociones y filtros solares, entre otros productos, gracias a su aporte de aceites naturales, vitaminas y minerales.

En la medicina natural, las hojas del árbol de este fruto sirven para eliminar microbios y parásitos, combatir la disentería y como expectorante.

La industria farmacéutica extrae del aceite de aguacate el factor H, que es

una sustancia poseedora de propiedades curativas, la cual se utiliza en la industria de alimentos para perro y en la fabricación de aceite comestible.

En algunas zonas, el aguacate caído o sobremaduro se deshuesa y se destina a alimentar al ganado porcino. Las ramas que se recolectan de las podas se aprovechan en la producción de cajas de empaque o como leña, mientras que la madera sirve para renovar huertas.

Asimismo, la industria del aceite de aguacate consume alrededor de mil toneladas de este fruto por año, de las que se obtienen aproximadamente 500 toneladas de aceite en bruto. De esta cantidad, el 5 por ciento anual se emplea en la producción de aceite comestible y productos cosméticos, y el resto se exporta.

Información relacionada con la producción de guacamole revela que del 40 al 50 por ciento de la fruta que ingresa a la industria se destina a este fin, y la totalidad del producto final se exporta.

Biografía del aguacate

El término «aguacate» se deriva de la palabra náhuatl *aoacatl* o *ahuacat*; recibe otros nombres, como palta en Sudamérica, *evocatier* en francés y *abacate* en portugués. Pruebas arqueológicas encontradas en Tehuacán, Puebla, demuestran que sus orígenes se remontan a **12 mil años y que es nativo de México**.

El hábitat del árbol corresponde a las características ecológicas de las especies subtropicales-tropicales. La mayoría de las variedades comerciales de aguacate -se han clasificado más de 500- se producen en Estados Unidos, Israel, México y las Islas Canarias. Asimismo se ha dividido en tres razas: mexicana, guatemalteca y antillana.

Antes de 1963, el aguacate que predominaba era el «criollo» y los principales estados productores eran Puebla, Veracruz y Michoacán. A partir de ese año, ese tipo de aguacate fue desplazado por algunas variedades mejoradas, entre las que sobresalieron el «fuerte» y el *hass*.

El aguacate «fuerte» se comercializó muy bien por algún tiempo en Michoacán, sin embargo lo sustituyó el aguacate *hass*, otra variedad mejorada en California, que por sus excelentes características de producción, calidad y resistencia para el manejo comercial, ha llegado a ser el número uno en el estado de Michoacán y también a nivel nacional.

De 1979 en adelante, en el estado de Michoacán se registró un creciente proceso de concentración de la producción, junto con la tendencia de predominio de una sola variedad.

Beneficios para la salud

Antes se creía que el aguacate era un fruto con alto contenido de grasa, por lo que las personas con padecimientos cardiacos debían evitar su consumo; ahora los cardiólogos recomiendan su ingestión por los aceites benéficos que contiene.

En el Departamento de Investigación del Hospital General de Morelia, Michoacán, se realizó una investigación sobre este fruto, la cual reveló **un bajo contenido de proteínas**; sin embargo, su componente principal son los lípidos, los cuales son ácidos grasos insaturados, es decir, **no contribuyen a la formación de colesterol**, como el ácido oleico, que puede disminuir los niveles de colesterol si se consume con frecuencia.

Las grasas animales están compuestas por ácidos grasos saturados que con el tiempo obstruyen las arterias con sedimentos de colesterol. Por el contrario, **los aceites vegetales son abundantes en ácidos grasos monoinsaturados y poliinsaturados que no tapan las arterias**. Por eso el aceite de aguacate, que no contiene ácido esteárico -el cual es muy dañino para la salud y se encuentra presente en casi todos los aceites-, es ideal como alimento, mismo que funciona como una especie de lanceta que va limpiando las arterias.

En este punto cabe destacar que el aceite de aguacate no es milagroso, pero **el consumidor debe habituarse a ingerirlo con cierta regularidad, además de mantener una dieta baja en grasas saturadas**.

Las empresas que se dedican a la elaboración de guacamole y lo venden congelado han encontrado otra alternativa de consumo: el aceite de aguacate, que conserva todas las propiedades de la pulpa en forma concentrada.

El aguacate es un producto prometedor desde el punto de vista de su producción, comercialización internacional y consumo nacional. En este último aspecto, recuerde que será en beneficio de su paladar y de su salud, ¡buen provecho!

Fuentes: -Revista «Claridades Agropecuarias», núm. 65, enero de 1999, editada por ASERCA.
-Secretaría de Comercio y Fomento Industrial.
-Revista Expansión, núm. 753, noviembre de 1998.
-Asociación de Empacadores y Exportadores de Aguacate Mexicano (ASEEAM)

¡Rico aguacate en sabor y nutrientes!

Según un análisis nutricional, cada 100 gramos de este bondadoso fruto contienen:

	Minerales	**Vitaminas**	**Aceites**
Fibra 0.4 g	Calcio 24 mg	Retinol (A) 17 mg	Ácidos grasos (saturados) 3.0 g
Kilocalorías 181 Kc	Hierro 0.5 mg	Tiamina 0.10 mg	Monoinsaturados (oleicos) 8.0 g
Hidratos de carbono 5.9 g	Magnesio 0.45 mg	Riboflavina 0.10 mg	Poliinsaturados (linoleicos) 2.0 g
Proteínas 1.8 g	Sodio 4 mg	Niacina 1.8 mg	
Grasas totales 18.4 g	Potasio 604 mg	Vitamina C 15 mg	
Colesterol 0	Zinc 0.42 mg		

Fuente: Consejo Nacional de la Alimentación.

En esta Cuaresma y durante todo el año

¡Pescado barato!

Nuestro país cuenta con una extensión de 11 mil 600 kilómetros de litorales, lo que le confiere una gran riqueza marina, por ello se ubica entre los 20 principales productores de especies marinas. Además cabe destacar que las costas mexicanas poseen el 90 por ciento de las variedades de pescado existentes.

Entonces, ¿por qué no aprovechar esta ventaja natural y consumir las especies baratas y sabrosas que tenemos?

A continuación le proporcionamos las características y la forma de cocinar estas especies.

Jurel

También se le conoce como Chicharro

Es de cabeza grande, cuerpo aplanado y en el inicio de su cola tiene un espolón. Su dorso es negro-azuláceo y el vientre varía del dorado-amarillento al blanco plateado.

Su carne es oscura y grasosa. Es ideal para consumirse cocido, desmenuzado y preparado en salsas o guisos.

Bagre

Su dorso es de color verde azuláceo o café oscuro y el vientre blanco translúcido. Presenta barbillas en ambas mandíbulas. No tiene escamas.

Su carne es escasa, grasosa, blanca y de sabor fuerte. La cabeza y el espinazo son recomendables para preparar caldos de muy buen sabor; su carne puede cocerse y desmenuzarse para preparar cebiches o guisos caldosos.

Lisa

Su cuerpo es alargado y está cubierto de escamas planas. Tiene los ojos grandes. El lomo es de color verde-olivo, sus costados son plateados y el vientre va del tono oscuro al blanco. En el cuerpo presenta seis o siete barras de color café y cerca de su aleta pectoral tiene una mancha púrpura oscura.

Su tamaño es adecuado para preparar un platillo para dos personas. Su carne es oscura, de sabor fuerte y con abundantes espinas. Es recomendable para consumirse entera, fileteada, rebanada, frita, asada o ahumada.

Curvina

Se distingue porque su cuerpo tiene reflejos metálicos, el dorso va del color gris al azul acerado con manchas negras; tiene los costados grises y el vientre blanco. En la mandíbula inferior tiene una barbilla.

Su carne es blanca, magra y de sabor suave. Sus espinas son fáciles de retirar y puede prepararse fileteado o en trozos, dorado, frito o guisado. Además la cabeza y la cola se pueden aprovechar para preparar sopas o caldos.

Tilapia

También conocida como Mojarra de agua dulce

Tiene el cuerpo comprimido, su color es variable, pero generalmente es gris-plateado con cinco rayas verticales; la boca es pequeña, el pecho es de color rosa o rojo y la aleta caudal tiene manchas.

Su carne es blanca-grisácea, grasosa y con muchas espinas, las cuales se retiran fácilmente. Su consumo más frecuente es fileteado y capeado con una mezcla de harina, agua y sal. Se puede preparar entera, fileteada, frita, asada o empanizada.

Gurrubata

También conocida como Rocandina o Croaca

Su dorso y los lados superiores son verduzcos, con manchas negras que forman líneas oblicuas discontinuas e irregulares. Tiene escamas gruesas.

Su carne es color crema y su sabor es fino. Puede prepararse frita, asada o al horno.

Lebrancha

También conocida como Lisa blanca o Lisa criolla

Su dorso es color olivo oscuro con matices azuláceos que se oscurecen cuando está fuera del agua. El vientre es plateado, con una característica mancha negra bajo su aleta pectoral y otra amarilla a los lados de la cabeza. Su boca es corta y ancha, y su cuerpo está cubierto con grandes escamas.

Su carne es de excelente calidad, ligeramente oscura y grasosa. Tiene espinas abundantes y pequeñas. Es ideal para prepararse entera, fileteada o en trozos; frita, ahumada, asada o en guisos.

Albacora

Comúnmente conocido como Atún de aletas largas

Su dorso es azul oscuro metálico, con el vientre y los costados plateados. Las escamas que cubren su cuerpo son pequeñas. Su cola es de color oscuro y su aleta caudal es blanca. Se reconoce con facilidad por sus largas aletas.

Su carne es blanca-azulosa, grasosa y firme. Se puede preparar desmenuzado, en trozos o filetes gruesos, frito, a la plancha, asado, empapelado, al horno o crudo al estilo japonés.

Cojinuda

El color de su dorso va de un verde azuláceo oscuro a olivo claro, y el vientre de dorado a gris plateado. Tiene escamas pequeñas y finas.

Su carne es muy apreciada por ser de la llamada «azul», que se caracteriza por ser grasosa. Es firme, de pocas espinas y blanquecina.

Es ideal para filetear y prepararla en conserva, frita o asada.

Fuente: Dirección de Educación para el Consumo, PROFECO.

¿Problemas de lectura y escritura?

¡Puede ser dislexia!

La dislexia es una alteración de los procesos de lectura-escritura que afecta a uno de cada 100 niños.
En el siguiente reportaje encontrará información para saber a quién acudir y qué servicios médicos especializados se dedican a atender este padecimiento.

Qué es la dislexia

Se trata de un trastorno infantil cuyas principales manifestaciones son dificultad para escribir -por ejemplo, los pequeños invierten las letras, fusionan palabras o las separan mal- o complicaciones para reconocer las palabras y comprender un texto, lo cual ocasiona un ritmo de lectura lento, con omisiones, distorsiones y sustituciones de palabras.

En la mayoría de los casos, la dislexia surge en niños que tienen algún problema de aprendizaje y/o de conducta, como falta de concentración, alteraciones en la coordinación motora fina -es decir, dificultad para recortar, dibujar, etcétera-, problemas de lenguaje, impulsividad, y margen mínimo de tolerancia a la frustración.

Qué la provoca

Existen dos causas probables:

Hereditaria: los niños zurdos o con familiares que lo son, muestran una mayor predisposición a ser disléxicos a consecuencia de la forma en que interactúan los dos hemisferios del cerebro al enviar órdenes a las manos y a la vista para escribir o leer.

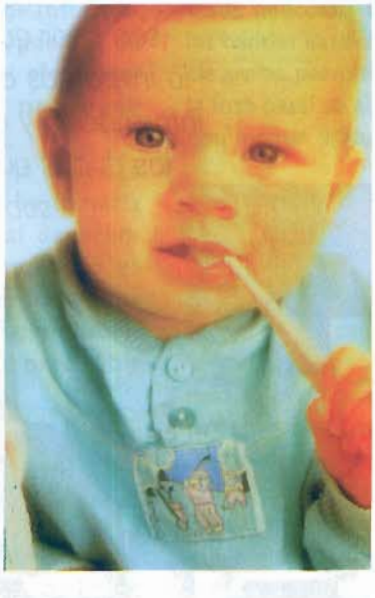
Lesiones: otra causa de la dislexia pueden ser complicaciones durante el embarazo o el parto, por ejemplo, cuando los niños no respiran inmediatamen-

te después de nacer, o si experimentaron sufrimiento fetal, por ejemplo, recibir golpes en el cráneo, específicamente detrás de la oreja, en la zona denominada *girus angularis*.

Los síntomas

Los problemas de apren dizaje en general se pueden detectar desde los primeros años de vida, y algunas de las **señales inequívocas** son:

- **Si su hijo ya tiene dos años y no camina ni habla** es conveniente acudir al especialista para que efectúe un diagnóstico oportuno.
- **La hiperactividad** puede asociarse con la dislexia, que es el caso de niños que desarrollan una intensa actividad física; esto se puede detectar desde el segundo o tercer año de vida.
- Observe si el niño tiene **problemas de coordinación motora fina**; por ejemplo, **si se le dificulta recortar, dibujar o armar rompecabezas.**
- Tenga cuidado **si su niño presenta alteraciones severas de conducta**; por ejemplo, si es demasiado agresivo, pues ello puede indicar que hay problemas de madurez.



- **Los pequeños que no organizan su ritmo de vigilia-sueño** porque no pueden conciliar el sueño o se mueven demasiado al dormir.
- **Si su hijo no controla sus esfínteres** -es decir, los actos de orinar y defecar- después de los tres años de edad, es probablemente una señal de inmadurez.

Quién y cómo se diagnostica

El diagnóstico adecuado de dislexia debe llevarlo a cabo un equipo interdisciplinario:

Neurólogo o neurofisiólogo: especialista que explora los síntomas y el funcionamiento cerebral a través de una historia clínica, una exploración neurológica y un electroencefalograma.

Psicólogo y pedagogo: aplica pruebas de inteligencia, atención y memoria, así como de percepción visual, auditiva y de lecto-escritura para determinar si el niño tiene problemas de aprendizaje.

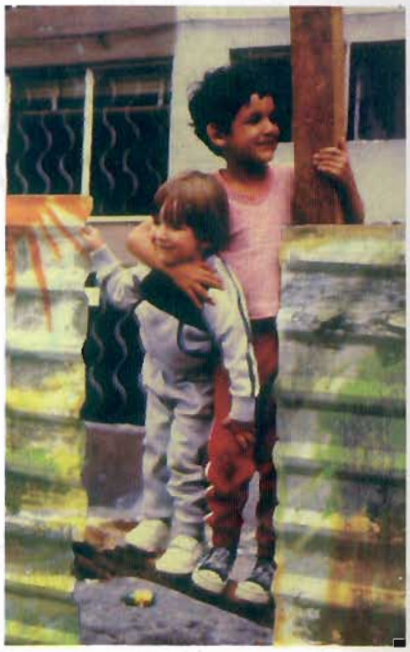
También es importante aplicar un estudio psicológico completo y realizar una evaluación emocional del niño para conocer a fondo su situación familiar.

Los niños que padecen dislexia, y en general los que tienen problemas de aprendizaje, se caracterizan por una autoestima baja, debido a que los maestros y sus padres los presionan diciéndoles que son «flojos» o que «no pueden hacer las cosas bien».

En consecuencia desarrollan conductas de evasión en el ámbito académico, o bien, conductas agresivas, de oposición, depresivas y de aislamiento.

Qué hacer

Los programas de tratamiento dependen del diagnóstico, por ejemplo, si hay problemas de funcionamiento cerebral,



en caso necesario se prescriben medicamentos; si el paciente presenta problemas de aprendizaje se aplican terapias dirigidas por un pedagogo.

Cuando el niño además desarrolla un trastorno de tipo conductual es necesario someterlo a psicoterapia. Con un tratamiento adecuado los niños superan el trastorno, y entre más pronto se atienda el padecimiento, los resultados serán mejores, pues de lo contrario el cerebro pierde su capacidad de recuperación.

Una parte importante del tratamiento para los niños con cualquier tipo de problema de aprendizaje es la sensibilización de maestros, padres y población en general para que se desarrolle una actitud preventiva, es decir, que al observar los primeros signos de una probable dislexia se acuda de inmediato al especialista.

Graciela Muñoz

Fuentes: -Doctor Jaime Romano Micha, director del «Centro Neuro Psicopedagógico», S. C., tel. 515-20-70.
-Doctor Francisca Aguilar Rebolledo, miembro de la Sociedad Médica Integral.

Vasoconstrictores nasales

¡Snif... snif! Las gotas y los aerosoles (spray) nasales son medicamentos muy socorridos entre las personas que padecen sinusitis, catarro común, rinitis o alergia. No obstante, este tipo de productos -conocidos en el ámbito médico como vasoconstrictores o descongestionantes nasales- pueden producir efectos contrarios y dañinos para su salud cuando se autorrecetan y usan por periodos prolongados.

Para evitar que «el remedio sea peor que la enfermedad», lo invitamos a conocer la siguiente información y a «descongestionar» las dudas que pudieran existir sobre el tema.

Contraer para respirar

La nariz se congestiona cuando la mucosa se inflama, lo cual impide el paso del aire; al aplicar un vasoconstrictor o descongestionante nasal la mucosa se retrae, mejorando así la respiración.

El efecto de dichos medicamentos tiene una duración de seis a 12 horas, según la efectividad de cada producto, pero después de este lapso, la mucosa nasal se vuelve a expander.

Ya sea en su presentación en aerosol o en gotas, los vasoconstrictores o descongestionantes nasales deben tener las siguientes cualidades:

☛ **Producir** con efectividad **la retracción de la mucosa nasal**.

☛ **No resecar mucho la mucosa nasal**, por lo que deben contener un vehículo químico apropiado.

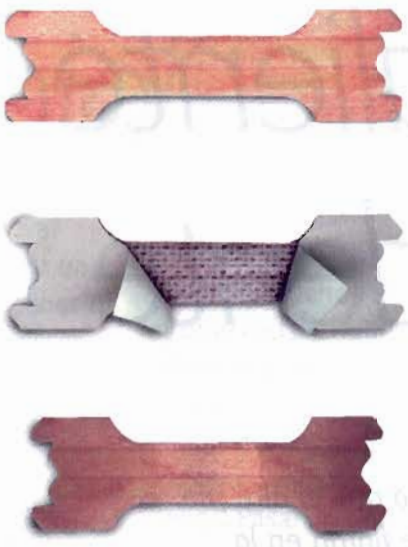
El periodo de uso de los descongestionantes nasales **debe ser limitado** -generalmente se recomienda emplearlos entre tres y cinco días como máximo-, ya que **prolongar su aplicación** genera un fenómeno de «rebote», es decir, **propicia la resequedad y una mayor inflamación** de la mucosa nasal, además de que ya no proporciona el efecto esperado, lo que **puede provocar rinitis medicamentosa**.

Asimismo, tanto en la mucosa como en la piel interna de la nariz se forman costras que al desprenderse sangran. Para remediarlo es necesario **dejar de usar los vasoconstrictores y aplicarse un lubricante nasal** que deberá prescribir el médico.

Bandas dilatadoras

Este tipo de banda se adhiere a la piel externa de la nariz, con el fin de permitir que entre más aire por las fosas nasales.

Quienes las utilizan con regularidad son los deportistas -principalmente los futbolistas para proporcionar mayor oxigenación al organismo, y por imitación los niños y los jóvenes-, aunque este efecto sólo se logra durante el tiempo que las usan.



Bandas dilatadoras

Este tipo de banda se adhiere a la piel externa de la nariz, con el fin de permitir que entre más aire por las fosas nasales.

Quienes las utilizan con regularidad son los deportistas -principalmente los futbolistas para proporcionar mayor oxigenación al organismo, y por imitación los niños y los jóvenes-, aunque este efecto sólo se logra durante el tiempo que las usan.

Este producto también es empleado por aquellas personas que roncan, tienen el tabique nasal desviado, o presentan defectos en la estructura de la válvula nasal, por ejemplo, cuando el borde del cartílago lateral superior de la nariz está «enconchado», situación que reduce el ángulo de la fosa nasal e impide la entrada adecuada del aire. En este caso las bandas nasales estiran la válvula hacia arriba, permitiendo que el ángulo de la fosa nasal se abra más y el aire entre con menor dificultad.

Recomendaciones importantes

☛ Usar los descongestionantes nasales **por tiempo limitado** y **bajo prescripción médica**.

☛ Respetar su uso temporal para evitar efectos secundarios.

☛ Para desinflamar la mucosa nasal, los especialistas recomiendan aquellos medicamentos que se administran por **vía oral**, aunque también **producen efectos secundarios, como insomnio, somnolencia o taquicardia**. También **se limita su uso a personas con hipertensión** y con **padecimientos del corazón o de la próstata**; si la persona es de **edad avanzada** pueden ocasionarle **retención de orina**, o bien, **parálisis temporal de la función urinaria**.

☛ En cuanto a las bandas dilatadoras, los especialistas explican que funcionan de manera mecánica, sin ocasionar ningún efecto en la estructura interna de la nariz. Debe advertirse, sin embargo, que este producto **no facilita la entrada del aire cuando se tiene congestión nasal a causa de gripe o rinitis**.

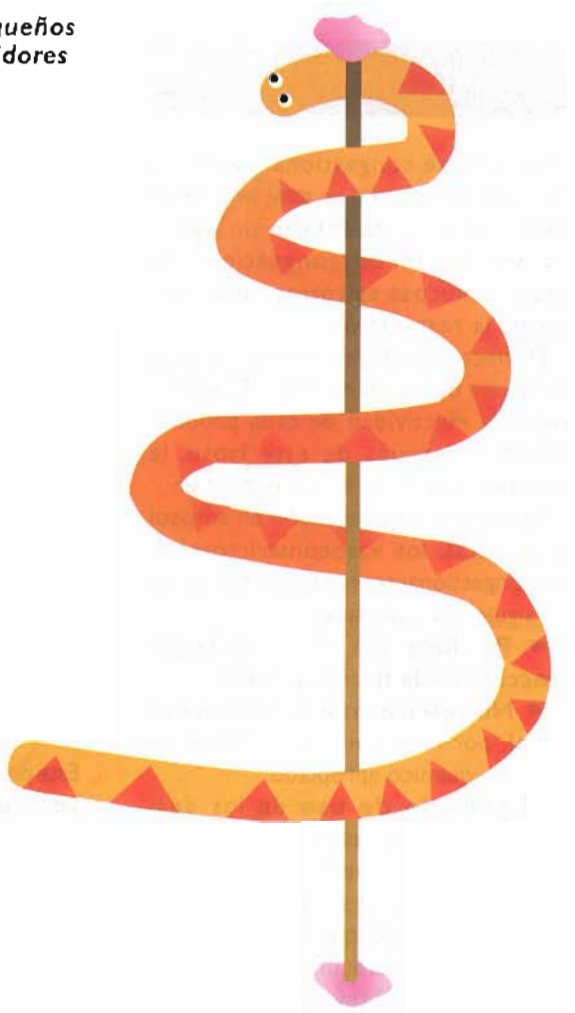
Su salud es primero: ante la presencia de una congestión nasal acuda a su médico, ¡sólo él podrá indicarle el tratamiento a seguir!

Graciela Muñoz

Fuentes: -Entrevista con el doctor Antonio Martínez Cardona, jefe del Servicio de Otorrinolaringología del Hospital General de México, SS, y con el doctor Alejandro Vargas, jefe de la Unidad de Otorrinolaringología del Centro Médico «Siglo XXI», IMSS. -Sondeo de mercado.

Su salud es primero: ante la presencia de una congestión nasal acuda a su médico, ¡sólo él podrá indicarle el tratamiento a seguir!

Aire caliente ascendente



El aire caliente es más ligero que el aire frío. Tal como las burbujas de aire flotan en la superficie del agua, el aire caliente también asciende. En una habitación, el aire caliente se enfría al llegar al techo y después desciende de nuevo.

Tú puedes usar el poder del aire ascendente para provocar que una serpiente se retuerza, a continuación te decimos cómo.

Material

- Un pedazo de cartón delgado
- Tijeras
- Lápiz
- Plumones

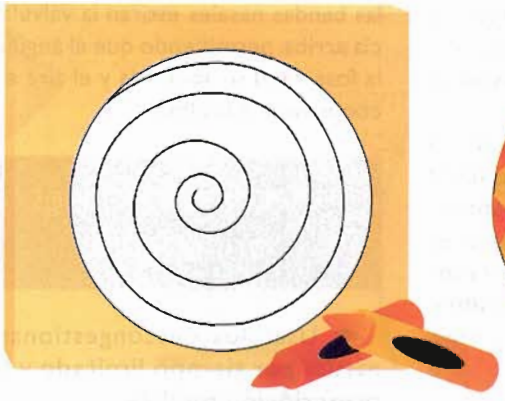


Figura 1

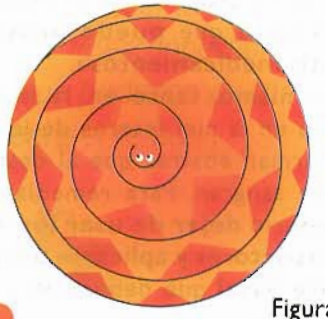


Figura 2

Cómo hacerlo

- Sobre el pedazo de cartón dibuja una figura como la que te presentamos arriba (figura 1), a continuación decórala con los plumones y recórtala (figura 2).
- Con un poco de plastilina para modelar fija un lápiz sobre la parte superior de un radiador caliente.
- Balancea la serpiente sobre la parte superior.

Como el aire que circula cerca del radiador está caliente, empieza a ascender y a provocar que la serpiente se retuerza.

Colorea tu serpiente de manera que se vea más real, incluso puedes dibujarle una lengua.

¿Sabías que los globos aerostáticos pueden elevarse gracias al aire caliente que utilizan?

¿Qué otras aplicaciones se te ocurre que puede tener el aire caliente?

Fuente: Experimentos con aire, Bryan Murphy, Mc Graw-Hill, 1993

¡Mucho ojo!

En esta ocasión queremos compartir contigo tres cuentos y leyendas que, además de hacerte pasar un grato momento, te abrirán la puerta para que eches a volar la imaginación y descubras lugares maravillosos. ¡Toma nota de las siguientes sugerencias!

Un brujo muy peculiar

El chamán es una especie de médico «brujo» que tiene el don de cuidar a los enfermos; también es un adivino que sabe dónde y cuándo se pueden encontrar ciertas cosas. Por eso tres esquimales que buscaban una manada de alces que servirían para alimentar a su pueblo y evitar que el frío del invierno los exterminara, recurrieron a este personaje para conseguir su propósito.

Nuestros amigos esquimales vivirán en esta historia una grandiosa experiencia, pues después de reunirse con el «brujo» su vida cambiará.

El Chamán, Voluntad Editores Ltda. y Cía., S.C.A., Bogotá, Colombia.

¿Sabes cómo se hizo el fuego?

En las antiguas civilizaciones se desconocía la existencia del fuego, así como los beneficios que éste proporcionaba. Sui Ming es el nombre del árbol de fuego, el cual se encuentra en un poblado muy lejano; para obtener sus bondades, los nativos deben someterse a una serie de pruebas demasiado rigurosas, por ello Sui Ren Shi, uno de sus habitantes, tiene que superar innumerables pruebas para poder llevar un preciado secreto a su pueblo.

¿Quieres saber cuál es ese secreto? Entonces lee:

La creación del fuego según un mito chino, Relatos mitológicos de la antigua China, Editorial Limusa, S.A. de C.V. México.

El árbol de los ojos

Hace muchos años existió un pueblo donde gobernaba Chuin en compañía de su esposa Andoeni, ambos se sabían protegidos por los dioses.

Un día Sajoo, el brujo del pueblo, predijo un acontecimiento que cambiaría la suerte de todos ellos. Pasaron muchos años y una tarde llegó un guerrero de nombre Coyoltótotl, enviado del emperador Moctezuma, cuya hermosura maravilló a todos. Andoeni se sintió muy atraída hacia él, por lo que se desató una pasión que tuvo un desenlace fatal.

Para conocer el final de esta leyenda lee:

El Cuauhxtli, de Otilia Meza, Leyendas prehispánicas, Editorial Limusa, S.A. de C.V., México.

Sobre el comportamiento del consumidor

Revista del Consumidor:

Reciban un cordial saludo y una merecida felicitación por su extraordinaria publicación, que además de ser un inigualable material de apoyo para la economía familiar, resulta un efectivo medio de consulta para estudiantes y profesionistas, sobre todo de las disciplinas económico-administrativas, interesados en los temas que ustedes tan atinadamente tratan.

El motivo de mi carta es solicitar su valiosa ayuda, ya que frecuentemente desarrollo proyectos en los que debo consultar información sobre el comportamiento del consumidor en términos generales, y particularmente en cuanto a hábitos de consumo y toma de decisiones en materia de gastos relativos a la diversión y el entretenimiento familiar. Si hubiere alguna publicación referente a lo anterior, que ustedes manejen o pudieran proporcionarme, les estaría muy agradecido si me lo hicieran saber, pues he acudido a diversos lugares sin mucho éxito.

De antemano agradezco la atención prestada a esta carta y les reitero mi admiración y felicitaciones.

Atentamente
Luis Arturo Hernández Rodríguez
Calle Guillermo Prieto núm. 5, interior 2
col. Magdalena Mixhuca
C. P. 15250
México, D. F.

Sr. Arturo Hernández:

Agradecemos sinceramente sus comentarios. Respecto a la solicitud de apoyo que nos plantea, queremos informarle que PROFECO cuenta con la Dirección de Mercadotecnia Social, entre cuyos objetivos figura justamente la realización de estudios sobre las preferencias y el comportamiento del consumidor mexicano; algunas de sus investigaciones han abarcado aspectos como los que le interesan. Lo invitamos a que nos visite en Av. José Vasconcelos núm. 208, piso 14, colonia Condesa, D. F., o comunicarse al teléfono (5)211-92-90 donde con mucho gusto lo atenderemos.

La **Revista del Consumidor** es una publicación mensual de capacitación y orientación a los consumidores. Para suscripciones y ventas llamar al (5)611•7379, (5)611•7523 ó (5)598•6781. El contenido de los artículos firmados no necesariamente refleja la filosofía de la revista; se incluyen como parte de nuestros principios editoriales de búsqueda de pluralidad y encuentro de corrientes de opinión. Esta publicación no autoriza la utilización de ninguno de los materiales publicados para fines publicitarios o comerciales. La violación de esta disposición ameritará denuncia ante las autoridades correspondientes.
Se autoriza expresamente la reproducción total o parcial de los textos o estudios incluidos en esta revista, siempre que se utilicen para orientación y capacitación de la población y se indique su procedencia.
Certificado de licitud de título núm. 1127 y de contenido núm 639, expedidos por la Comisión Calificadora de Publicaciones y Revistas Ilustradas el 30 de abril de 1981. Se reservan todos los derechos respecto del título de esta publicación conforme a la Unión Internacional de Derechos de Autor. Registrada como correspondencia de Segunda Clase por la Dirección General de Correos, Registro núm. 015-1176. Características 218621140. Distribución nacional. Impreso en los Talleres Gráficos de México, Canal del Norte núm. 80, col. Felipe Pescador, C. P. 06280, México, D. F.

En nuestro próximo número

Marzo

- Jugos y néctares
- Estufas y planchas

- ¡Los platillos sabios del mes!
- Tecnologías domésticas

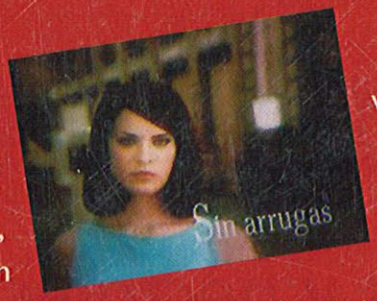
Por sólo $15.00 entérese cada mes sobre estos y otros temas.
Con sólo $150.00 puede suscribirse por un año (12 números).

REVISTA DEL

CONSUMIDOR

El anticomercial del mes

¿Sin mentiras?



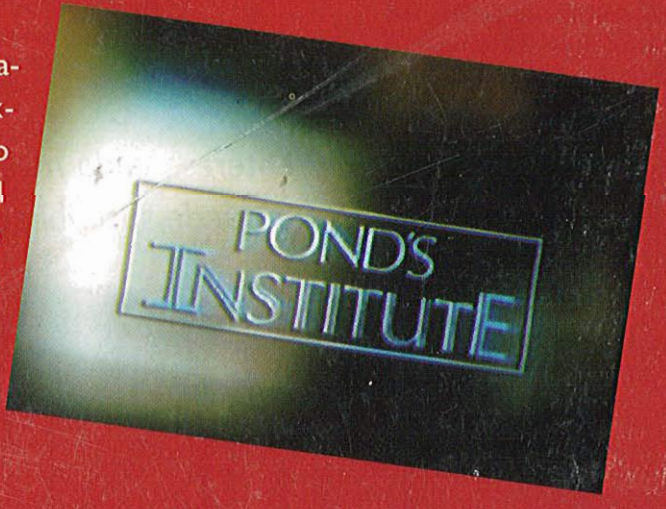
En un anuncio televisivo de la crema **S de Ponds** se afirma que con este producto, «sin mentiras», «sin falsas promesas» y «sin complicaciones», se obtiene un cutis «sin arrugas». Dichas frases publicitarias están acompañadas por la imagen de una bella modelo de entre 20 y 25 años de edad.

¿Por qué utilizar afirmaciones como «sin mentiras», cuando en el mensaje mienten al utilizar a una modelo que difícilmente podría tener arrugas a esa edad?

Las frases con gran contundencia afirman que con esta crema no hay arrugas, pero ¿las desvanece?, ¿previene su aparición? o ¿ambas cosas?

Su promesa básica no está fundamentada con algún tipo de explicación que nos diga cómo lo hace, y por ello contraviene el artículo 32 de la Ley Federal de Protección al Consumidor, que establece que la publicidad de bienes y servicios debe ser veraz, comprobable y exenta de textos, diálogos, sonidos, imágenes y otras descripciones que puedan inducir a error o confusión por su inexactitud.

En PROFECO actuaremos citando a la empresa que comercializa este producto para que sea modificada su publicidad, y se enviará copia de este informe al Consejo de Autorregulación y Ética Publicitaria.



0 10722 93607 5 01